



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 41

		alergeny	razem:	kcal
Poniedziałek 05.10.2026				
Śniadanie	owsianka na mleku (200g) bułka maślana (50g) z masłem (10g), dżem porzeczkowy (30g) herbata z cytryną (200ml)	mleko gluten, jaja, mleko	 	501
Obiad	zupa szpinakowa z makaronem (250ml) kasza pęczak z warzywami i suszonymi pomidorami (250g) kompot owocowy (200ml)	mleko, gluten gluten	 	569
Podwieczorek	jabłko (1szt), paluch kukurydziany (1szt) herbata z cytryną (200ml)			104
Wtorek 06.10.2026				
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) serek wiejski z papryką (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	 	242
Obiad	zupa brokułowa z zacierką (250ml) wiosenny makaron z truskawkami i nutą wanilii (170g) woda z pomarańczą (200ml)	seler, gluten, jaja gluten	 	572
Podwieczorek	serek jagodowy (150g) herbata z cytryną (200ml)	mleko		175
Środa 07.10.2026				
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) kiełbasa szynkowa (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko	 	245
Obiad	zupa wiosenna z dodatkiem kurczaka (250ml) jajko w sosie koperkowym (90g), ziemniaki gotowane (120g), surówka deserowa z marchewki (70g) kompot owocowy (200ml)	mleko mleko, jaja	 	622
Podwieczorek	chleb słonecznikowy (20g), z masłem (5g), ser żółty, miks warzyw (20g+20g) herbata owocowa (200ml)	gluten ,mleko		180
Czwartek 08.10.2026				
Śniadanie	chleb graham (25g) z masłem (10g) paprykarz (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko ,ryby	 	208
Obiad	zupa ogórkowa z ryżem (250ml) makaron z mięsem i szpinakiem (250g) kompot owocowy (200ml)	mleko, gluten gluten	 	917
Podwieczorek	ciasto shrek (1szt) mleko (200ml)	gluten, jaja mleko	 	344
Piątek 09.10.2026				
Śniadanie	kajzerka (60g) z masłem (10g) jajo gotowane (1szt), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko ,jaja	 	261
Obiad	żurek z ziemniakami i mięsem (250ml) ryba panierowana (70g), ziemniaki gotowane (120g), surówka z kapusty kiszzonej (50g) kompot owocowy (200ml)	gluten gluten, jaja, ryby, mleko	 	703
Podwieczorek	kisiel owocowy (150g), wafel ryżowy (1szt) herbata owocowa (200ml)			133



Catering Twoje Zdrowko realizowany przez Kid Cater Sp. z o.o.

Zakład w Gliwicach, ul. Orłąt Śląskich 25

Jadłospis opracował dietetyk firmy KID CATER Sp. z o.o.

