



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 42

		alergeny		kcal
Poniedziałek	12.10.2026		razem:	1256
Śniadanie	chałka (50g) z masłem (10g) dżem wiśniowy (30g) kakao (200ml)	mleko, jaja, gluten mleko mleko		416
Obiad	zupa jarzynowa z ziemniakami i koperkiem (250ml) spaghetti z sosem bolońskim i tartym serem (130g+120g) woda z cytryną (200ml)	mleko, seler gluten, mleko		670
Podwieczorek	banan (1szt), wafel ryżowy (1szt) herbata z cytryną (200ml)			170
Wtorek	13.10.2026		razem:	1063
Śniadanie	chleb słonecznikowy (50g) z masłem (10g) ser żółty (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko		333
Obiad	zupa fasolowa z ziemniakami (250ml) leczo wegetariańskie (100g), kasza jęczmienna (150g) kompot owocowy (200ml)	seler gluten		655
Podwieczorek	galatertka cytrynowa z pomarańczą (1szt) herbata z cytryną (200ml)			75
Środa	14.10.2026		razem:	1061
Śniadanie	chleb graham (50g) z masłem (10g) wędlina szynkowa (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko		248
Obiad	zupa krupnik z ziemniakami (250ml) pulpety w sosie koperkowym (80g), ziemniaki gotowane (120g), surówka bułgarska z papryką (70g) kompot owocowy (200ml)	gluten gluten, jaja, mleko		691
Podwieczorek	koktajl mleczny z owocami (150g), paluch kukurydziany (1szt) herbata owocowa (200ml)	mleko		122
Czwartek	15.10.2026		razem:	1165
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko		247
Obiad	zupa soczewicowa z kielbaską i ziemniakami (250ml) makaron z białym serem i musem brzoskwiowym (250g) kompot owocowy (200ml)	seler mleko, gluten		743
Podwieczorek	chleb pszenno-żytni (25g), z masłem (5g), pasta mięsna z suszonymi pomidorami, miks warzyw (20g+20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten ,mleko		175
Piątek	16.10.2026		razem:	1217
Śniadanie	bułka z ziarnami (50g) z masłem (10g) pasta jajeczna ze szczypiorkiem (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko ,jaja		372
Obiad	zupa rybna (250ml) pierogi ruskie (170g), 0 (0), surowka deserowa z marchewki (70g) kompot owocowy (200ml)	ryby gluten, mleko		738
Podwieczorek	jabłko (1szt), paluch kukurydziany (1szt) herbata owocowa (200ml)			107



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.

