



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 13

			<i>alergeny</i>	<i>kcal</i>
Poniedziałek	23.03.2026		razem:	1343
Śniadanie	kasza manna na mleku (200g) bułka maślana (50g) z masłem (10g), dżem porzeczkowy (30g) herbata z cytryną (200ml)	mleko gluten, jaja, mleko		506
Obiad	krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym (250ml) makaron z białym serem i musem brzoskwiowym (250g) kompot owocowy (200ml)	gluten, jaja mleko, gluten		736
Podwieczorek	kisiel owocowy (150g), paluch kukurydziany (1szt) herbata z cytryną (200ml)			101
Wtorek	24.03.2026		razem:	1176
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) ser żółty (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko		337
Obiad	zupa jarzynowa z zacierką (250ml) makaron penne z sosem bolońskim i tartym serem (130g+120g) woda z cytryną (200ml)	jaja, gluten, mleko, sele gluten, mleko		732
Podwieczorek	maślanka wieloowocowa (150g) herbata z cytryną (200ml)	mleko		107
Środa	25.03.2026		razem:	1027
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko		245
Obiad	zupa grysikowa z natką pietruszki (250ml) kotlet mielony (70g), ziemniaki gotowane (120g), buraczki (70g) kompot owocowy (200ml)	gluten jaja, gluten ,mleko		651
Podwieczorek	chleb słonecznikowy (25g), z masłem (5g), wędlina szynkowa, mix warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten ,mleko		131
Czwartek	26.03.2026		razem:	972
Śniadanie	chleb graham (25g) z masłem (10g) wędlina drobiowa (20g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko		167
Obiad	żurek z ziemniakami i mięsem (250ml) kasza jęczmienna z warzywami i suszonymi pomidorami (250g) kompot owocowy (200ml)	gluten		668
Podwieczorek	ptasie mleczko zielone (1szt) mleko (200ml)	mleko mleko		137
Piątek	27.03.2026		razem:	1054
Śniadanie	kajzerka (60g) z masłem (10g) jajo gotowane ze szczypiorkiem (1szt), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko		266
Obiad	zupa kalafiorowa z makaronem muszelki (250ml) ryba w cieście naleśnikowym (70g), ziemniaki gotowane (120g), surówka z kapusty kiszzonej (70g) kompot owocowy (200ml)	ryba, gluten, mleko, jaja		611
Podwieczorek	budyń waniliowy z posypką czekoladową (150g) herbata owocowa (200ml)	mleko		177



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.

