



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 06

		alergeny	razem	kcal
Poniedziałek 02.02.2026				
Śniadanie	bułka maślana (50g) z masłem (10g) dżem morelowy (30g), miks warzyw (30g) kakao (200ml)	gluten, jaja, mleko mleko mleko	        	1115 445
Obiad	zupa koperkowa z ryżem na wywarze mięsny (250ml) mięso mielone w sosie meksykańskim (100g), kasza jęczmienna (120g) kompot owocowy (200ml)	seler, mleko gluten	  	580
Podwieczorek	gruszka (1szt), paluch kukurydziany (1szt) herbata z cytryną (200ml)			90
Wtorek 03.02.2026				
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) parówka na gorąco (1szt), miks warzyw (30g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	 	1223 288
Obiad	barszcz biały z ziemniakami i kielbasą (250ml) makaron z twarogiem i musem brzoskwiowym (100g+50g+50g) woda z cytryną (200ml)	mleko, gluten gluten, mleko	   	729
Podwieczorek	jogurt jagodowy (150g) kompot owocowy (200ml)	mleko		206
Środa 04.02.2026				
Śniadanie	chleb słonecznikowy (50g) z masłem (10g) ser żółty (40g), miks warzyw (30g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko	 	1275 338
Obiad	krem z białych warzyw z grzankami (250ml) racuchy drobiowe z pieczarkami, papryką i natką pietruszki (100g), ziemniaki gotowane (120g), buraczki gotowane (70g) kompot owocowy (200ml)	mleko, seler, gluten gluten, jaja	    	746
Podwieczorek	kisiel owocowy (150g), biszkopt (1szt) herbata z cytryną (200ml)	jaja, gluten	 	191
Czwartek 05.02.2026				
Śniadanie	chleb graham (50g) z masłem (10g) pieczeń rzymska (40g), miks warzyw (30g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	 	1191 289
Obiad	zupa ogórkowa z makaronem muszelki (250ml) kluski z mięsem okraszone cebulką (190g) kompot owocowy (200ml)	gluten, mleko gluten, jaja	   	782
Podwieczorek	ptasie mleczko cytrynowe (1szt) herbata z cytryną (200ml)	mleko		120
Piątek 06.02.2026				
Śniadanie	kajzerka (50g) z masłem (10g) pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem (30g), miks warzyw (30g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko jaja, ryba	   	1344 251
Obiad	zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze mięsny (250ml) risotto z warzywami i pieczarkami (250g) kompot owocowy (200ml)			766
Podwieczorek	muffinka z porzeczką i posypką (1szt) mleko (200ml)	gluten, jaja	 	327



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.

