



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 36

		alergeny		kcal
Poniedziałek	31.08.2026		razem:	1310
Śniadanie	chałka (50g) z masłem (10g) dżem wiśniowy (30g) kakao (200ml)	mleko, jaja, gluten mleko mleko	 	416
Obiad	zupa soczewicowa z ziemniakami i mięsem (250ml) gulasz warzywny z soczewicą i kaszą jęczmienną (250g) kompot owocowy (200ml)	seler gluten	 	731
Podwieczorek	serek brzoskwiński (150g), paluch kukurydziany (1szt) herbata z cytryną (200ml)	mleko		163
Wtorek	01.09.2026		razem:	1048
Śniadanie	chleb słonecznikowy (50g) z masłem (10g) serek wiejski z papryką (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	 	238
Obiad	zupa ziemniaczana z koperkiem (250ml) risotto z kurczakiem i warzywami (250g) woda z cytryną (200ml)	mleko		678
Podwieczorek	kefir naturalny (150g), wafel ryżowy (1szt) herbata z cytryną (200ml)	mleko		132
Środa	02.09.2026		razem:	1067
Śniadanie	chleb graham (50g) z masłem (10g) wędlina drobiowa (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko	 	250
Obiad	zupa grochowa z ziemniakami (250ml) kotlet z piersi kurczaka (90g), ziemniaki gotowane (120g), surówka deserowa z marchewki (70g) kompot owocowy (200ml)	seler gluten, jaja, mleko	 	649
Podwieczorek	chleb pszenno-żytni (25g), z masłem (5g), ser żółty, miks warzyw (20g+20g) herbata owocowa (200ml)	gluten, mleko	 	168
Czwartek	03.09.2026		razem:	1252
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) pasta mięsna z suszonymi pomidorami (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	 	337
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem i zieloną pietruszką (250ml) bigos (130g), ziemniaki gotowane w całości (120g) kompot owocowy (200ml)	mleko, seler	 	611
Podwieczorek	miuffinka marchewkowa (1szt) mleko (200ml)	jaja, gluten mleko	 	304
Piątek	04.09.2026		razem:	1044
Śniadanie	bułka z ziarnami (50g) z masłem (10g) pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko, jaja, ryby	 	291
Obiad	zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami i mięsem (250ml) buchty z polewą jogurtowo-truskawkową (2szt+50g) kompot owocowy (200ml)	seler gluten, mleko, jaja	 	738
Podwieczorek	kisiel owocowy (150g) herbata z cytryną (200ml)			108



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.

