



Jadłospis dla ZSP nr 8 w Gliwicach, oddział przedszkolny

2026, Tydzień 37

		alergeny	kcal
Poniedziałek	07.09.2026	razem:	1405
Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku (200g) bułka maślana (50g) z masłem (10g), dżem brzoskwiniowy (30g) herbata z cytryną (200ml)	mleko gluten, jaja, mleko	503
Obiad	zupa brokułowa z zacierką (250ml) mięso mielone w sosie meksykańskim w sosie meksykańskim (100g), ryż gotowany (150g) kompot owocowy (200ml)	seler, gluten, jaja	722
Podwieczorek	serek jagodowy (150g), paluch kukurydziany (1szt) herbata z cytryną (200ml)	mleko	180
Wtorek	08.09.2026	razem:	944
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (40g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	247
Obiad	zupa fasolowa z ziemniakami i mięsem (250ml) racuchy z musem jabłkowym (2szt+70g) woda z cytryną (200ml)	seler gluten, jaja	587
Podwieczorek	ptasie mleczko cytrynowe (1szt) herbata z cytryną (200ml)	mleko	110
Środa	09.09.2026	razem:	1067
Śniadanie	chleb pszenno-żytni (50g) z masłem (10g) wędlina szynkowa (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko	255
Obiad	zupa jarzynowa z ryżem i mięsem (250ml) pieczeń rzymska (70g), ziemniaki gotowane (120g), surówka z kapusty pekińskiej (70g) kompot owocowy (200ml)	mleko, seler jaja, gluten, mleko	639
Podwieczorek	chleb słonecznikowy (25g), z masłem (5g), ser żółty, miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten, mleko	173
Czwartek	10.09.2026	razem:	1345
Śniadanie	chleb graham (25g) z masłem (10g) parówka (20g), miks warzyw (20g) herbata owocowa (200ml)	gluten mleko	267
Obiad	zupa fasolowa z ziemniakami i mięsem (250ml) makaron z warzywami (250g) kompot owocowy (200ml)	seler	786
Podwieczorek	ciasto razowe ze śliwkami (1szt) mleko (200ml)	gluten, jaja, mleko mleko	292
Piątek	11.09.2026	razem:	1042
Śniadanie	kajzerka (60g) z masłem (10g) pasta jajeczna ze szczypiorkiem (40g), miks warzyw (20g) herbata z cytryną (200ml)	gluten mleko, jaja	341
Obiad	zupa krem z zielonego groszku z grzankami (250ml) ryba w cieście naleśnikowym (70g), ziemniaki gotowane (120g), surówka z kapusty kiszzonej (70g) kompot owocowy (200ml)	gluten mleko, gluten, jaja, ryby	603
Podwieczorek	kisiel owocowy (150g) herbata owocowa (200ml)		98



Catering Twoje Zdrowie 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.

