Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-11-27 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- Przedszkole nr 15
2026-11-23 poniedziałek	Śniadanie	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Kiełbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR,***) Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa na mleku z/c 200 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Słupki z marchewki 100 g Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (***MLE,***) Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron z serem 250 g (***GLU PSZ, MLE,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Smoothie wieloowocowe* 150 g Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)
		Wartość energetyczna: 1333.95 kcal;
2026-11-24 wtorek	Śniadanie	Płatki kukurydziane- corn flakes na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ, może zawierać: SOJ, MLE,***) Bułka z prażoną cebulką 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 50 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c- Przedszkole 200 ml
	II ŚN	Gruszka 150 g Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 150 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny. 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Jogurt naturalny z owocami* b/c. 150 g (***MLE,***) Woda mineralna niegazowana 200 ml
		Wartość energetyczna: 1446.07 kcal;
2026-11-25 środa	Śniadanie	Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Bawarka z/c- Przedszkole 200 ml (***MLE,***)
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z marchwi z olejem i słonecznikiem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Bułka pszenna długa krojona 25 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 25 g (***SOJ,***) Papryka świeża 25 g Kakao z mlekiem z/c- Przedszkole 200 ml (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 1531.41 kcal;
2026-11-26 czwartek	Śniadanie	Płatki kukurydziane- corn flakes na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ, może zawierać: SOJ, MLE,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Pomidor 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c- Przedszkole 200 ml
	II ŚN	Kalarepa - słupki 100 g Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku (bez mleka i kiełbasy) 300 g (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (***GOR,***) Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Jogurt naturalny z musli 150 g (***GLU PSZ, MLE, ORZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Mus z jabłek prażonych 100 g Bawarka z/c- Przedszkole 200 ml (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 1513.41 kcal;
2026-11-27 piątek	Śniadanie	Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c- Przedszkole 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ryba smażona (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 50 g Woda mineralna niegazowana 200 ml
		Wartość energetyczna: 1555.41 kcal;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna – Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem – Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz – Tłuszcz,
Węglowodany ogółem – Węglowodany ogółem,
Sód – Sód,
Sól – Sól,
Potas – Potas,
Kw. tł. nasy. – Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. – Błonnik pokarmowy,
Ener z B. – % energii z białka,
Ener. z T. – % energii z tłuszczu,
Ener z W. – % energii z węglowodanów,
W tym cukry – w tym cukry,
WW – WW,