		BB- Przedszkole nr 15
2026-11-30 poniedziałek	Śniadanie	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek z papryką 50 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem z/c- Przedszkole 200 ml (***MLE,***)
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej #. 300 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Knedle z truskawkami * 300 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Koktajl bananowy 200 ml (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 30 g
		Wartość energetyczna: 1440.42 kcal;
2026-12-01 wtorek	Śniadanie	Płatki kukurydziane- corn flakes na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ, może zawierać: SOJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby tuńczyka i pietruszki 50 g (***RYB,***) Ogórek kiszony 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c- Przedszkole 200 ml
	II ŚN	Gruszka 150 g Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 150 g Pulpety z soczewicy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Woda mineralna niegazowana 200 ml
		Wartość energetyczna: 1680.24 kcal;
2026-12-02 środa	Śniadanie	Bułka z prażoną cebulką 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (***SOJ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c - Przedszkole 200 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z ryżem # 300 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Eskalopka z kurczaka 100 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g Kakao z mlekiem z/c - przedszkole 200 ml (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 1453.52 kcal;
2026-12-03 czwartek	Śniadanie	Płatki kukurydziane- corn flakes na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ, może zawierać: SOJ, MLE,***) Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c- Przedszkole 200 ml
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z kurczakiem i brokułem - podstawa 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* b/c. 150 ml (***MLE,***) Chałka 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 1880.06 kcal;
2026-12-04 piątek	Śniadanie	Bułka pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Bawarka z/c 200 ml (***MLE,***)
	II ŚN	Marchewka - plastry 70 g Woda mineralna niegazowana 200 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (***MLE, SEL,***) Ryba w cieście 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka żydowska z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c- Przedszkole 200 ml
	PD	Mandarynka 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko 200 ml (***MLE,***)
		Wartość energetyczna: 1487.37 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,