

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
-----------------------------	-------	------	----------

poniedziałek, 8 września 2025

▶ śniadanie			
• Kasza manna na mleku	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Orzechy nerkowca	15 g		Orzechy, Orzeszki ziemne
• Żurawina suszona 100g	15 g		
• Morele	45 g		
• Herbata z cytryną	1 x 200g		
▶ obiad / I danie			
• Kapuśniak ze słodkiej kapusty	1 x 250g		Seler
▶ obiad / II danie			
• Makaron trójkolorowy z kurczakiem i sosem szpinakowym	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Kompot z owoców mieszanych	1 x 200g		
▶ podwieczorek			
• Jogurt pitny	0,5 szt.		Mleko
• Herbatniki bez dodatku cukru	0,5 szt.		Zboża zawierające gluten
• Banan	70 g		

wtorek, 9 września 2025

▶ śniadanie			
• Chleb Graham	50 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	10 g		Mleko
• Polędwica z indyka	20 g		
• Ser mozzarella	25 g		Mleko
• Ogórek	20 g		
• Pomidorki koktajlowe	20 g		
• Rukola	3 g		
• Rumianek	1 x 200g		
▶ obiad / I danie			
• Krupnik z kaszy jęczmiennej	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Seler
▶ obiad / II danie			
• Leczo z ciecierzycą i pieczywem	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Soja
• Lemoniada	1 x 200g		
▶ podwieczorek			
• Koktajl truskawkowy	1 x 150g		Mleko
• Fit ciasteczka morela 50g	1 szt.		
• Nektarynka	50 g		

środa, 10 września 2025

▶ śniadanie			
• Chleb orkiszowy	50 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	10 g		Mleko
• Szynka wiejska	20 g		

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
- Pasta ze słonecznika z pomidorami - Papryka czerwona - Rzodkiewka - Kakao na mleku	15 g 20 g 10 g 1 x 200g		Soja, Sezam, Seler, Gorczyca
► obiad / I danie			
Żurek z kielbaską	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Seler
► obiad / II danie			
- Pierogi leniwe z serem twarogowym - Borówki - Kompot z owoców mieszanych	1 x 160g 25 g 1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja
► podwieczorek			
- Bagietka - Masło ekstra 82% tł - Kabanos - Salatka z kaszą kuskus perłową, soczewicą i warzywami	1 szt. 4 g 20 g 1 x 40g		Zboża zawierające gluten Mleko Zboża zawierające gluten

czwartek, 11 września 2025

► śniadanie			
- Chleb pszenno-żytni 1kg - Masło ekstra 82% tł - Kiełbasa krakowska sucha drobiowa - Serek mój ulubiony kanapkowy - Orzechy włoskie - Pomidor malinowy - Kiełki - Kawa zbożowa na mleku	50 g 10 g 20 g 20 g 10 g 20 g 3 g 1 x 200g		Zboża zawierające gluten Mleko Zboża zawierające gluten, Mleko
► obiad / I danie			
Zupa ogórkowa z ziemniakami	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler
► obiad / II danie			
- Pulpet rybny w sosie koperkowym - Ryż gotowany na sypko - Fasolka szparagowa żółta - Woda z cytryną i miętą	1 x 130g 1 x 100g 1 x 80g 1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Skorupiaki, Mleko, Jaja, Ryby, Mięczaki Zboża zawierające gluten, Mleko
► podwieczorek			

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
Kisiel z tartym jabłkiem i wiśniami	1 x 120g		
Porcja dobra przekąska owocowa bez cukru	1 szt.		
Arbuz	180 g		

piątek, 12 września 2025

▶ śniadanie			
Tost francuski II	1 x 65g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja
Dżem 100% truskawkowy niskosłodzony	20 g		
Krem kokosowo-migdałowy	10 g		Orzechy, Orzeszki ziemne
Śliwki	50 g		
Napój czekoladowy-owsiany	0,5 szt.		
▶ obiad / I danie			
Zupa krem z marchewki z płatkami migdałów	1 x 250g		Mleko, Seler
▶ obiad / II danie			
Jajko sadzone	1 x 65g		Mleko, Jaja
Ziemniaki z koperkiem	1 x 150g		
Kalafior gotowany	1 x 80g		Zboża zawierające gluten, Mleko
Maślanka	150 g		Mleko
▶ podwieczorek			
Ryż / Kaszka na mleku z owocem Mirlam	1 szt.		Mleko
Gruszka konferencja	65 g		