

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

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

poniedziałek, 1 grudnia 2025

► Śniadanie			
• Kasza kuskus perłowa na mleku	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Orzechy nerkowca	15 g		Orzechy, Orzeszki ziemne
• Morele suszone	15 g		
• Śliwki suszone	15 g		
• Banan	90 g		
• Herbata zimowa	1 x 200g		
► Obiad			
• Barszcz ukraiński z fasolką i ziemniakami	1 x 250g		Mleko, Seler
• Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i warzywami	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Kompot z owoców mieszanych	1 x 200g		
► Podwieczorek			
• Deser z kaszy kuskus, jogurtu i owoców	1 x 140g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Ciasteczka zbożowe	20 g		Zboża zawierające gluten

wtorek, 2 grudnia 2025

► Śniadanie			
• Chleb pszenno-żytni 1kg	50 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	10 g		Mleko
• Jajeczница z szynką i szczypiorkiem	1 x 55g		Mleko, Jaja
• Ser żółty Gouda tłusty	20 g		Mleko
• Pomidor malinowy	20 g		
• Rzodkiewka	10 g		
• Rukola	3 g		
• Kakao na mleku	1 x 200g		Mleko
► Obiad			
• Zupa krem z pomidorów i soczewicy czerwonej z ravioli	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Kiełbasa cienka wieprzowo-drobiowa z kija	80 g		
• Bagietka	1 szt.		Zboża zawierające gluten
• Ogórek kiszony	60 g		
• Woda mineralna 5l	200 g		
► Podwieczorek			
• Mus owocowy	1 szt.		
• Wafle ryżowe naturalne	15 g		
• Dżem 100% truskawkowy niskosłodzony	10 g		

środa, 3 grudnia 2025

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
► Śniadanie			
• Chleb orkiszowy	60 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	10 g		Mleko
• Serek mój ulubiony kanapkowy	20 g		Mleko
• Szynka wiejska	20 g		
• Papryka czerwona	20 g		
• Ogórek	20 g		
• Herbata owocowa	1 x 200g		
► Obiad			
• Rosół z lanym ciastem	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Jaja
• Paluszki rybne	1 x 75g		Zboża zawierające gluten, Soja, Skorupiaki, Jaja, Ryby, Seler, Gorczyca
• Ziemniaki puree	1 x 150g		Mleko
• Surówka z kapusty	60 g		
• Lemoniada	1 x 200g		
► Podwieczorek			
• Chipsy jabłkowe	1 szt.		
• Napój czekoladowy-owsiany	0,5 szt.		

czwartek, 4 grudnia 2025

► Śniadanie			
• Bułka grahamka	1 szt.		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	10 g		Mleko
• Serek śmietankowy capresi	20 g		Mleko
• Pasta ze słonecznika z pomidorami	20 g		Soja, Sezam, Seler, Gorczyca
• Pomidorki koktajlowe	20 g		
• Ogórek	20 g		
• Kielki	3 g		
• Kawa zbożowa na mleku	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko
► Obiad			
• Krupnik z kaszy jęczmiennej	1 x 250g		Zboża zawierające gluten
• Bogracz z gnocchi	1 x 250g		Zboża zawierające gluten
• Kompot z owoców mieszanych	1 x 200g		
► Podwieczorek			
• Kisiel	1 x 100g		
• Fit Musli bez dodatku cukru owocowe	20 g		Zboża zawierające gluten
• Chrupki kukurydziane	20 g		

piątek, 5 grudnia 2025

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
► Śniadanie - Tost z szynką i serem - Rzodkiewka - Ogórek - Herbata bawarka	1 x 100g 20 g 20 g 1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko Mleko
► Obiad - Zupa krem z pieczarek z grzankami - Naleśniki z dżemem - Koktajl truskawkowy	1 x 250g 165 g 1 x 150g		Zboża zawierające gluten, Mleko Zboża zawierające gluten, Jaja Mleko
► Podwieczorek - Pieczywo chrupkie - Paprykarz z kaszą jaglaną - Warzywa w słupkach	20 g 20 g 1 x 40g		Zboża zawierające gluten Soja, Sezam, Seler, Gorczyca Seler