

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

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

poniedziałek, 16 marca 2026

► Śniadanie			
• Jaglanka na napoju owsianym	1 x 250g		Zboża zawierające gluten
• Żurawina suszona 100g	15 g		
• Morele suszone	15 g		
• Orzechy nerkowca	20 g		Orzechy, Orzeszki ziemne
• Borówki	25 g		
• Herbata owocowa	1 x 200g		
► Obiad			
• Zupa krem z buraków	1 x 250g		Mleko, Seler
• Filet z kurczaka duszony w sosie warzywno-koperkowym	1 x 175g		Zboża zawierające gluten
• Ryż gotowany na sypko	1 x 100g		
• Lemoniada	1 x 200g		
► Podwieczorek			
• Koktajl jagodowy z siemieniem lnianym	1 x 150g		Mleko
• Arbuz	150 g		

wtorek, 17 marca 2026

► Śniadanie			
• Chleb Graham	50 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	7 g		Mleko
• Pasta jajeczno-serowa	1 x 35g		Mleko, Jaja
• Szynka wiejska	15 g		
• Ogórek	25 g		
• Rzodkiewka	15 g		
• Rukola	3 g		
• Kawa zbożowa na mleku	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko
► Obiad			
• Krupnik z kaszy jęczmiennej	1 x 250g		Zboża zawierające gluten
• Makaron świderki z mięsem mielonym w sosie bolognese	1 x 200g		Zboża zawierające gluten
• Pomidorki koktajlowe	50 g		
• Sok owocowo - warzywny 200ml	1 szt.		
► Podwieczorek			
• Sernik	50 g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja
• Mandarynka	30 g		
• Napój No- Milk owsiano- cynamonowy	120 g		

środa, 18 marca 2026

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
► Śniadanie			
• Wek	50 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	10 g		Mleko
• Polędwica z indyka	20 g		
• Ser mozzarella	20 g		Mleko
• Pomidor malinowy	20 g		
• Ogórek kiszony	20 g		
• Napój ryżowy	200 g		
► Obiad			
• Zupa grysikowa z groszkiem zielonym	1 x 250g		Zboża zawierające gluten
• Kiełbasa szynkowa wieprzowa	70 g		
• Ziemniaki ćwiartki	1 x 140g		
• Sałata lodowa z oliwą	1 x 60g		
• Kompot z owoców mieszanych	1 x 200g		
► Podwieczorek			
• Deser z komosą ryżową, jogurtu i owoców	1 x 140g		Mleko

czwartek, 19 marca 2026

► Śniadanie			
• Chleb orkiszowy	55 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	7 g		Mleko
• Szynka wiejska	15 g		
• Paluszki serowe	20 g		Mleko
• Papryka czerwona	20 g		
• Ogórek	20 g		
• Kakao na mleku	1 x 200g		Mleko
► Obiad			
• Zupa krem z pieczarek z grzankami	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Nuggetsy rybne	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Ryby
• Ziemniaki puree	1 x 150g		Mleko
• Surówka z kapusty kiszonej i marchwi	1 x 70g		
• Sok owocowo - warzywny	200 g		
► Podwieczorek			
• Kisiel z tartym jabłkiem i wiśniami	0,5 x 120g		
• Babka/ciasto marchewkowe	50 g		Zboża zawierające gluten

piątek, 20 marca 2026

► Śniadanie			
• Chleb pszenno-żytni	50 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	7 g		Mleko
• Serek mój ulubiony kanapkowy	20 g		Mleko

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
• Kabanos • Ogórek • Pomidor malinowy • Herbata z cytryną	15 g 20 g 20 g 1 x 200g		
► Obiad • Zupa szczawiowa z lanym ciastem • Buchty na parze • Truskawki • Koktajl malinowy II	1 x 250g 1 x 125g 50 g 1 x 150g		Zboża zawierające gluten, Jaja Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja Mleko
► Podwieczorek • Pieczywo chrupkie • Hummus z suszonymi pomidorami • Warzywa w słupkach	20 g 15 g 1 x 40g		Zboża zawierające gluten Soja, Seler, Gorczyca Seler