

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

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

poniedziałek, 10 sierpnia 2026

► Śniadanie			
• Płatki owsiane na mleku	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Żurawina suszona 100g	20 g		
• Orzechy nerkowca	20 g		Orzechy, Orzeszki ziemne
• Borówki	25 g		
• Herbata owocowa	1 x 200g		
► Obiad			
• Zupa krem z marchewki z płatkami migdałów	1 x 250g		Mleko
• Gulasz wieprzowy	1 x 120g		Zboża zawierające gluten
• Kasza jęczmienna	1 x 100g		Zboża zawierające gluten
• Ogórek kiszony	60 g		
• Woda mineralna 5l	200 g		
► Podwieczorek			
• Pudding chia z musem mango i owocami	1 x 160g		Mleko
• Ciasteczka zbożowe	20 g		Zboża zawierające gluten

wtorek, 11 sierpnia 2026

► Śniadanie			
• Kajzerka	1 szt.		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	7 g		Mleko
• Ser mozzarella	20 g		Mleko
• Salami	10 g		
• Pomidor malinowy	30 g		
• Rzodkiewka	10 g		
• Napój czekoladowy-owsiany	0,5 szt.		
► Obiad			
• Zupa grysikowa z groszkiem zielonym	1 x 250g		Zboża zawierające gluten
• Kotlet z piersi kurczaka	1 x 90g		Zboża zawierające gluten, Jaja
• Ziemniaki puree	1 x 150g		Mleko
• Mizeria z koperkiem II	1 x 90g		
• Lemoniada	1 x 200g		
► Podwieczorek			
• Deser jogurtowy z galaretką	1 x 110g		Mleko
• Wafel dekoracyjny	10 g		

środa, 12 sierpnia 2026

► Śniadanie			
-------------	--	--	--

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
- Chleb orkiszowy z ziarnami - Masło ekstra 82% tł - Polędwica z indyka - Twarożek z suszonymi pomidorami - Papryka czerwona - Ogórek - Sałata masłowa - Kawa zbożowa na mleku	60 g 10 g 20 g 1 x 35g 20 g 20 g 3 g 1 x 200g		Zboża zawierające gluten Mleko Mleko Zboża zawierające gluten, Mleko
► Obiad - Chłodnik z jajkiem - Makaron z tuńczykiem i warzywami w sosie śmietanowo-ziołowym - Kompot z owoców mieszanych	1 x 250g 1 x 180g 1 x 200g		Mleko, Jaja Ryby
► Podwieczorek - Wafle ryżowe naturalne - Masło orzechowe - Melon - Napój owsiany	20 g 10 g 180 g 150 g		Orzechy, Orzeszki ziemne Zboża zawierające gluten

czwartek, 13 sierpnia 2026

► Śniadanie - Chleb Graham - Masło ekstra 82% tł - Pasztet do smarowania - Paluszki serowe - Pomidorki koktajlowe - Ogórek kiszony - Mięta	50 g 8 g 10 g 20 g 20 g 20 g 1 x 200g		Zboża zawierające gluten Mleko Soja, Seler, Gorczyca Mleko
► Obiad - Zupa koperkowa z ryżem - Buchty na parze - Koktajl truskawkowy do polania II - Morele - Woda z cytryną i mięta	1 x 250g 1 x 125g 1 x 70g 40 g 1 x 200g		Mleko Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja
► Podwieczorek - Wek - Masło ekstra 82% tł - Kabanos	30 g 5 g 25 g		Zboża zawierające gluten Mleko

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
Kalarepka, marchewka i papryka do schrupania	1 x 40g		

piątek, 14 sierpnia 2026

▶ Śniadanie			
Chleb pszenno-żytni	50 g		Zboża zawierające gluten
Masło ekstra 82% tł	8 g		Mleko
Serek śmietankowy capresi	20 g		Mleko
Szynka wiejska	15 g		
Ogórek	20 g		
Papryka czerwona	20 g		
Herbata bawarka	1 x 200g		Mleko
▶ Obiad			
Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i grysikiem	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko
Jajko sadzone	1 x 65g		Mleko, Jaja
Ziemniaki z koperkiem	1 x 150g		
Kalafior gotowany II	1 x 80g		Zboża zawierające gluten, Mleko
Kefir	1 szt.		Mleko
▶ Podwieczorek			
Fit ciasteczka 50g	1 szt.		Zboża zawierające gluten
Arbuz	180 g		