

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

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

poniedziałek, 5 października 2026

► Śniadanie			
• Wek	50 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	8 g		Mleko
• Ser żółty Gouda	25 g		Mleko
• Kabanos	20 g		
• Pomidor malinowy	20 g		
• Papryka czerwona	20 g		
• Kiełki	3 g		
• Herbata owocowa	1 x 200g		
► Obiad			
• Zupa krem ze szpinaku z grzankami	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Gnocchi z pesto z suszonych pomidorów, fasoli czerwonej i soczewicy	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Soja
• Ogórek	60 g		
• Woda mineralna 5l	200 g		
► Podwieczorek			
• Wafle ryżowe naturalne	30 g		
• Miód naturalny pszczeli	10 g		
• Śliwka	50 g		
• Napój owsiany	150 g		Zboża zawierające gluten

wtorek, 6 października 2026

► Śniadanie			
• Kasza manna na mleku	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Orzechy nerkowca	20 g		Orzechy, Orzeszki ziemne
• Gruszka konferencja	60 g		
• Żurawina suszona 100g	20 g		
• Rumianek	1 x 200g		
► Obiad			
• Zupa pomidorowa z ryżem	1 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Gulasz z polędwiczki wieprzowej w sosie	1 x 100g		Zboża zawierające gluten
• Kasza bulgur	30 g		Zboża zawierające gluten
• Surówka z buraczków	60 g		
• Lemoniada	1 x 200g		
► Podwieczorek			
• Fit ciasteczka 50g	1 szt.		Zboża zawierające gluten
• Brzoskwinia	40 g		
• Kiwi	30 g		

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
• Napój owsiany	150 g		Zboża zawierające gluten

środa, 7 października 2026

► Śniadanie			
• Chleb orkiszowy z ziarnami	60 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	8 g		Mleko
• Jajko gotowane na twardo	0,75 x 1szt.		Jaja
• Polędwica z indyka	20 g		
• Ogórek	20 g		
• Pomidor malinowy	20 g		
• Rukola	3 g		
• Kakao na mleku	1 x 200g		Mleko
► Obiad			
• Krupnik z kaszy kuskus	1 x 250g		Zboża zawierające gluten
• 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		
• Kompot z owoców mieszanych	1 x 200g		
► Podwieczorek			
• Chrupki kukurydziane bananowe	1 szt.		
• Koktajl bananowo-owsiany	1 x 150g		Zboża zawierające gluten

czwartek, 8 października 2026

► Śniadanie			
• Kajzerka	1 szt.		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	8 g		Mleko
• Twarożek z ogórkiem i koperkiem	1 x 35g		Mleko
• Salami	10 g		
• Pomidorki koktajlowe	30 g		
• Rzodkiewka	10 g		
• Kawa zbożowa na mleku	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Mleko
► Obiad			
• Zupa krem z marchewki z płatkami migdałów	1 x 250g		Mleko
• Zapiekanka makaronowa z kurczakiem, mozarellą i warzywami	1 x 180g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Woda mineralna 5l	200 g		
► Podwieczorek			
• Kisiel z tartym jabłkiem i wiśniami	1 x 150g		

JADŁOSPIS

dzieci przedszkole

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
• Biskopty	20 g		Zboża zawierające gluten, Jaja

piątek, 9 października 2026

▶ Śniadanie			
• Chleb pełen ziaren	60 g		Zboża zawierające gluten
• Masło ekstra 82% tł	8 g		Mleko
• Szynka wiejska	20 g		
• Tuńczyk	20 g		Ryby
• Ogórek kiszony	20 g		
• Papryka czerwona	20 g		
• Roszponka	3 g		
• Herbata z cytryną	1 x 200g		
▶ Obiad			
• Zupa fasolowa z ziemniakami	1 x 250g		Soja
• Ryż z jabłkiem zapiekany z polewą jogurtowo-waniliową	1 x 180g		Mleko
• Borówki	30 g		
• Napój czekoladowy-owsiany	0,5 szt.		
▶ Podwieczorek			
• Pieczywo chrupkie	20 g		Zboża zawierające gluten
• Serek śmietankowy capresi	25 g		Mleko
• Warzywa w słupkach	1 x 40g		Seler