

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE



12.10.2026 – 16.10.2026



- Rodzaje warzyw i owoców są serwowane dzieciom w zależności od bieżącej dostępności u dostawcy.
- Dodatkowo na przekąski serwane są owoce suszone, pestki dyni i słonecznika, krakersy, chrupki kukurydziane.
- Intendent zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.
- Zapewniamy dzieciom stały dostęp do wody źródlanej.

ŚNIADANIE

OBIAD

PONIEDZIAŁEK

- Chleb mieszany (razowy i pszenny), szynka zrazowa, rzodkiewka, ogórek zielony, kakao/herbata malinowa
- **MUS OWOCOWO-WARZYWNY Z PAŁECZKAMI KUKURYDZIANYMI**

Zawiera alergen: gluten, zboża, mleko i prod.poch. laktoza, soja, seler, gorczyca, jaja

- Zupka ogórkowa z ziemniakami na wywarze z jarzyn z natką pietruszki
- Makaron serem białym i musem truskawkowym
- Woda z cytryną i miętą

Zawiera alergen: gluten, zboża, mleko, laktoza, seler, gorczyca, dwutlenek siarki, siarczany

WTOREK

- Pieczywo ziarniste z masłem, pasta z makreli i sera wędzonego, pomidor, szczypiorek, rzodkiewka, kawa Inka/herbata mięta z cytryną
- **GRUSZKA**

Zawiera alergen: gluten, zboża, mleko, laktoza, seler, gorczyca, ryby, jajka, dwutlenek siarki i siarczany

- Zupka z zielonych warzyw z grzankami na wywarze z jarzyn z natką pietruszki i świeżym koperkiem
- Eskalopki z indyka, purée ziemniaczane, marchewka z groszkiem oprószana
- Kompot owocowy

Zawiera alergen: gluten, zboża, mleko, laktoza, jaja, seler, gorczyca, dwutlenek siarki i siarczany

ŚRODA

- Bułeczka dyniowa z masłem, szynka drobiowa, ogórek zielony, sałata zielona, papryka czerwona, kakao/herbata malina z cytryną
- **JOGURT Z OWOCAMI**

Zawiera alergen: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler gorczyca, jaja

- Zupka jesienna z ziemniakami z natką pietruszki i świeżym koperkiem
- Gołąbki bez zawijania z warzywami w sosie krem z pomidorów i czerwonej soczewicy (strączek), sałatka z ogórka kiszzonego i cebulki
- Woda z cytryną

Zawiera alergen: gluten, pszenica, mleko i prod.poch. laktoza, jaja, gorczyca.

CZWARTEK

- Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, pomidor, rukola, rzodkiewka, szczypiorek, kawa Inka/herbata owocowa
- **JABŁKO, PAŁECZKI KUKURYDZIANE**

Zawiera alergen: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler, gorczyca, sezam

- Zupka: zacierka na rosole z włoszczyzną w paseczki
- Pieczeń z mięsa wieprzowego, ziemniaczki purée z koperkiem, surówka z pomidora na jogurcie naturalnym
- Kompot owocowy

Zawiera alergen: gluten, mleko, prod.poch. laktoza, jaja, gorczyca

PIĄTEK

- Pieczywo mieszane z masłem i powidełkiem śliwkowym
- Płatki kukurydziane bez cukru na mleku, herbata owocowa
- **BANAN**

Zawiera alergen: gluten, zboża, mleko, laktoza, jaja

- Zupka pieczarkowa z włoszczyzną w paseczki na wywarze z jarzyn z makaronem wstążki,
- Rybka panierowana, purée z ziemniaków, kapusta kiszona z jabłkiem, marchewką i cebulką na oliwie z oliwek
- Woda z cytryną

Zawiera alergen: gluten, ryba, mleko, laktoza, soja, gorczyca, jaja, dwutlenek siarki, selen



JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE



19.10.2026 – 23.10.2026



- Rodzaje warzyw i owoców są serwowane dzieciom w zależności od bieżącej dostępności u dostawcy.
- Dodatkowo na przekąski serwane są owoce suszone, pestki dyni i słonecznika, krakersy, chrupki kukurydziane.
- Intendent zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.
- Zapewniamy dzieciom stały dostęp do wody źródlanej.

ŚNIADANIE

OBIAD

PONIEDZIAŁEK

- Chleb wiejski z masłem, szynka tradycyjna pomidor, jajko, mix sałat, papryka zielona, kakao/herbata wieloowocowy
 - **SOK OWOCOWO-WARZYWNY**
- Zawiera alergeny: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler, gorczyca, kakao

- Zupka ziemniaczana z dodatkiem fileta z indyka
 - Ryż zapiekany z jabłkami, cynamonem i sosem waniliowym na jogurcie naturalnym
 - Kompot owocowy
- Zawiera alergeny: gluten, jaja, mleko, laktoza, białka pszenicy, seler, gorczyca

WTOREK

- Bułeczka ziarnista z masłem, serkiem paprykowym, makrelą w pomidorach, ogórki zielone i rzodkiewka, kawa z mlekiem /herbata malina z pigwą
 - **KISIEL Z CIASTKIEM OWSIANYM**
- Zawiera alergeny: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler, gorczyca

- Zupka: krem z dyni na wywarze z jarzyn z prażonym słonecznikiem, pieczywo
 - Nuggetsy z kurczaka, frytki karbowane, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłka i cebulki czerwonej z sosem jogurtowym
 - Woda z cytryną i miodem
- Zawiera alergeny: gluten, ziarna, mleko, laktoza, seler, gorczyca, jęczmień

ŚRODA

- Pieczywo ziarniste z masłem szynką drobiową, szczypiorek, pomidor malinowy, sałata lodowa, kawa z mlekiem/herbata wieloowocowa
 - **JOGURT TWIST MALINOWY DO PICIA**
- Zawiera alergeny: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler, gorczyca, jaja

- Żurek z jajkiem, kielbaską i pieczywem ziarnistym
 - Zapiekanka z makaronu, warzyw i kielbasy krakowskiej (vege), sos pomidorowy
 - Kompot owocowy
- Zawiera alergeny: gluten, dwutlenek siarki i siarczany, mleko, laktoza, groch.

CZWARTEK

- Bułeczka ziarnista z masłem, ser żółty, salami z bazylią i pomidorami suszonymi, sałata zielona, pomidorek koktajlowy, kakao/herbata malina z pigwą
 - **GRUSZKA Z MARCHEWKĄ W ŚLUPKI, CHRUPKI KUKURYDZIANE**
- Zawiera alergeny: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler, gorczyca, kakao

- Zupka z zielonego groszku z grzankami razowymi i pestkami dyni
 - Gulasz wieprzowy z warzywami, kluski śląskie, surówka z marchewki i jabłka z rodzynkami na oliwie z oliwek,
 - Woda z cytryną i miodem
- Zawiera alergeny: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler, gorczyca

PIĄTEK

- Zupa mleczna z ryżem
 - Bagietka z dżemem brzoskwiniowym niskosłodzonym, kawa z mlekiem/herbata poziomkowa
 - **½ POMARAŃCZY I BANANA**
- Zawiera alergeny: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler, gorczyca

- Zupka grysikowa na wywarze z jarzyn i bułeczką
 - Ryba dorsz panierowany, talarki ziemniaczane, ogórek zielony z cebulką na jogurcie naturalnym
 - Woda z cytryną i miętą
- Zawiera alergeny: gluten, zboża, mleko, laktoza, soja, seler, gorczyca, ryba

