

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLAKA



Data	Śniadanie*	*	Obiad*	Podwieczorek*
poniedziałek 08.06.2026	Chleb ziarnisty z masłem (1,7) Pasta twarogowa z łososem i koperkiem, papryka kolorowa, herbata z cytryną Margaryna		Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) Jajko sadzone (1,3) mizeria na jogurcie naturalnym z koperkiem (1,7) młode ziemniaczki, kompot z czarnej porzeczki	Kisiel owocowy z sosem śmietankowym (7) ciastko zbożowe
wtorek 09.06.2026	Płatki kukurydziane na mleku (7) Chleb razowy z masłem (1,7) polędwica sopocka (1,6) pomidor, woda z cytryną Margaryna		Krem z kalarepy z grzankami (1,7,9) Klopsiki wieprzowe (1,3,7) w sosie pomidorowym (1,7,9) makaron świderki (1,3) brokuł na parze z masłem (7) kompot owocowy	Nasiona chia na mleku (7) z truskawkami Napój ryżowy
środa 10.06.2026	Bułka wieloziarnista z masłem (1,7) Szwedzki stół: wędlina (1,6) ser żółty (7) jajko gotowane (3) sałata, rzodkiewka, papryka, kakao (1,7) Margaryna		Zupa botwinka z makaronem (1,3,7,9) Filet z kurczaka szarpany (1,3,7) młode ziemniaczki, surówka z młodej kapusty z koperkiem (1,7) woda z cytryną	Truskawki z twarogiem (7) i biszkoptami (1,3)
czwartek 11.06.2026	Owsianka (7) na gęsto z owocami, Chleb helios z masłem (1,7) filet maślany (1,6) ogórek świeży woda z cytryną Margaryna		Zupa ogórkowa (1,7,9) Schab duszony z warzywami (1) kasza pęczak (1) sok tłoczony jabłko-gruszka	Ryż na mleku (7) z mussem jabłkowym Napój ryżowy
piątek 12.06.2026	Chleb razowy z masłem (1,7) Jajecznica ze szczypiorkiem (1,3,7) pomidor, kakao (1,7) Margaryna		Zupa koperkowa z kluseczkami (1,7,9) Klopsy z morszczuka (1,4) w sosie pomidorowym (1,7) ziemniaki, fasolka szparagowa na parze polana masłem (7) woda z cytryną	Sok z zielonych owoców (banan, gruszka, kiwi) ciastko owsiane

„Jesteś tym co jesz”

poniedziałek 15.06.2026	Chleb ziarnisty z masłem (1,7) Sałatka z czerwonej fasoli (1,7), jajka (3) kukurydzy, pory i papryki, herbata z cytryną Margaryna		Zupa jarzynowa (1,9) Twaróg ze śmietaną (1,7) rzodkiewką i szczypiorkiem, pieczone ziemniaczki, kompot owocowy	Panekjki (1,3,7) z cukrem pudrem, woda z cytryną
wtorek 16.06.2026	Chleb razowy z masłem (1,7) Szwedzki stół: jajko gotowane (3) wędlina (1,6) ser żółty (7) pomidor, sałata, papryka kolor, kakao (1,7) Margaryna		Rosół z makaronem (1,3,9) Kotlet schabowy panierowany (1,3) młode ziemniaczki, surówka z kapusty pekińskiej, woda z cytryną	Sałatka owocowa polana jogurtem naturalnym (7) Jogurt vege
środa 17.06.2026	Bułka grahamka z masłem (1,7) Pasta z mięsa drobiowego ze szczypiorkiem (1,7,9) ogórek małosolny, kawa na mleku (1,7) Margaryna		Zupa pomidorowa z kluseczkami (1,3,7,9) Łazanki z mięsem i kapustą (1) kompot wieloowocowy	Pyzy drożdżowe (1) z sosem truskawkowym (7)
czwartek 18.06.2026	Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) Chleb helios z masłem (1,7) wędlina schab Boryny (1,6) ogórek świeży, woda z cytryną Margaryna		Krem z marchewki z nasionami słonecznika (1,7,9) Filet z kurczaka w sosie własnym (1) ryż na sypko, brokuł na parze z masłem, sok tłoczony jabłkowy	Bułka mleczna (1) z masłem (7) i powidłami, kakao (1,7) Napój ryżowy
piątek 19.06.2026	Chleb razowy z masłem (1,7) Jajko gotowane (3) w sosie szczypiorkowym z ogórkiem, kakao (1,7) Margaryna		Zupa pieczarkowa z makaronem (1,3,7,9) Paluszki rybne z morszczuka (1,3,4,7) Ziemniaki, surówka z zielonego ogórka z koperkiem, woda z cytryną	Koktajl truskawkowy na kefirze (7) Napój ryżowy

* Poszczególne elementy jadłospisu mogą ulec zmianie.

* **Zamienniki dla dzieci z alergiami**

Sporządził:
(Intendent, kucharka)

Zatwierdził:
(Dyrektor, z-ca Dyrektora)

- Woda w nieograniczonej ilości

- Do przygotowywania posiłków używane są przyprawy:

pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, papryka słodka, papryka ostra, kurkuma, gałka muszkatołowa, sól, cukier, miód. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzycy.

