

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLAKA



Data	Śniadanie*	*	Obiad*	Podwieczorek*
poniedziałek 11.05.2026	Chleb ziarnisty z masłem (1,7) Parówka na ciepło z ketchupem (1,6) pomidor, kakao (1,7) woda z cytryną Margaryna		Zupa gołąbkowa (1,9) Jajko sadzone (1,3) mizeria na jogurcie naturalnym z koperkiem (7) ziemniaki purée (7) sok tłoczony jabłkowy	Budyń czekoladowy (1,7) Jogurt vege czekoladowy
wtorek 12.05.2026	Bułka wielozziarnista z masłem (1,7) Szwedzki stół: ser żółty (7) jajko gotowane (3) wędlina (1,6) ogórek świeży, pomidor, woda z cytryną Margaryna		Zupa kalafiorowa (1,7,9) Gulasz wieprzowy w jarzynach (1,9) ziemniaki, kompot z czerwonej porzeczki	Ryż na mleku (7) z musem jabłkowym i cynamonem (1) Ryż na wodzie
środa 13.05.2026 DZIEŃ HUMMUSU	Chleb graham z masłem (1,7) Hummus z zielonego groszku (1,7) pasta twarogowa ze szczypiorkiem (1,7) papryka kolorowa, herbata miętowa z cytryną Margaryna		Zupa selerowa z kaszką (1,7) Pieczeń rzymska (1,3) kasza pęczak (1) sałata lodowa na jogurcie naturalnym, sałatka z buraczków, woda z cytryną	Pudding na mleku (7) z nasionami chia i sosem wiśniowym Napój sojowy
czwartek 14.05.2026	Płatki kukurydziane na mleku (7) Chleb helios z masłem (1,7) szynka z fileta (1,6) pomidor, woda z cytryną Margaryna		Kapuśniak z młodej kapusty (1,9) Gulasz drobiowy w sosie własnym (1,7) ryż na sypko, marchewka pod beszamelem (1,7) sok tłoczony jabłkowy	Chruściki drożdżowe (1,3,7) wyrób własny, kawa na mleku (1,7)
piątek 15.05.2026	Chleb razowy z masłem (1,7) Sałatka jarzynowa (1,3,7,9) herbata z cytryną Margaryna		Zupa wiśniowa z makaronem (1,3) Klopsy z morschuczka siekane (1,3,4,7) ziemniaczki pieczone, surówka z marchewki, woda z cytryną	Banan z polewą czekoladową (1,7) ciastko owsiane (1,3)

„Jesteś tym co jesz”

poniedziałek 18.05.2026	Chleb ziarnisty z masłem (1,7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (1,3) pomidor, kakao, woda z cytryną Margaryna		Zupa z soczewicy czerwonej (1,9) Twaróg ze śmietaną (1,7) i szczypiorkiem, pieczone ziemniaczki, kompot z czarnej porzeczki	Bruschetta (1,7) z pomidorami i bazylią herbata miętowa z cytryną
wtorek 19.05.2026	Płatki kukurydziane na mleku (7) Chleb razowy z masłem (1,7) wędlina drobiowa (1,6) papryka kolorowa, woda z cytryną Margaryna		Zupa ziemniaczana (1,9) Mięso mielone (1) z pieczarkami, kukurydzą i papryką, makaron rurki (1,3) sok tłoczony jabłko-gruszka	Panekjki z cukrem pudrem (1,3) kawa na mleku (1,7)
środa 20.05.2026	Bułka grahamka z masłem (1,7) Jajko gotowane (3) sos jogurtowy z szynką, ogórkiem i szczypiorkiem (1,6,7) herbata miętowa z cytryną, woda z cytryną Margaryna		Krem z zielonego groszku z grzankami (1,7,9) Klopsiki drobiowo-wieprzowe w sosie koperkowym (1,3,7,9) ziemniaki, marchewka pod beszamelem (7) woda z cytryną	Koktajl truskawkowy na maślanie (7) ciastko zbożowe Napój sojowy
czwartek 21.05.2026 DZIEŃ HERBATY	Chleb helios z masłem (1,7) Szwedzki stół: wędlina (1,6) ser żółty (7) sałata lodowa, rzodkiewki, ogórek świeży, kakao (1,7) herbata z cytryną Margaryna		Zupa pomidorowa z kluseczkami (1,3,7,9) Kolorowy kociołek (filet z kurczaka, marchew, papryka, fasolka) ryż na sypko, kompot z czerwonej porzeczki	Kaszkka manna na mleku (1,7) z frużeliną wiśniową Napój sojowy
piątek 22.05.2026	Chleb razowy z masłem (1,7) Sałatka z makreli (1,4) z jajkiem (3) i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną Margaryna		Zupa jarzynowa (1,9) Naleśniki czekoladowe (1,3,7) z twarogiem (7) i sosem pomarańczowym, woda z cytryną	Sok z zielonych owoców kiwi, gruszka, banan, ciastko zbożowe (1,3) wyrób własny

* 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 muskatołowa, sól, cukier, miód. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.

