

Intendent

pro

Jadłospis

Jasłospis przedszkole g

 05.10.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenny

Masło ekstra (z mleka)

Szynka z piersi kurczaka

Pasta z twarogu

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), śmietana 18% (z mleka), sól biała

Awokado

Herbata miętowa

Zupa

Zupa koperkowa z lanymi kluskami

Składniki: woda, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, koperek, śmietana 18% (z mleka), jaja kurze całe, mąka pszenna, typ 450, liść laurowy, sól biała, pieprz, ziele angielskie

Por

II danie

Pancake

Składniki: mąka pszenna, typ 450, mleko krowie, 1,5 % tłuszczu, masło klarowane (z mleka), soda oczyszczona, jaja kurze całe

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Ogórek zielony súpki

Składniki: ogórek

Podwieczorek

Jogurt grecki (z mleka)

Chrupki kukurydżiane

Banan

 06.10.2026

Wtorek

Śniadanie

Bułka pszenna z masłem

Składniki: bułki pszenne zwykłe, masło ekstra (z mleka)

Dżem ananasowy, niskosłodzony

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Banan

Zupa

Zupa warzywna z makaronem

Składniki: woda, kalafior, fasolka szparagowa, mrożona, makaron bezjajeczny z semoliny (pszenica), marchew, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

II danie

Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydżianych

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydżiane, olej rzepakowy, jaja kurze całe, mąka pszenna, typ 450, sól biała, pieprz

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z mleka), koperek

Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką

Składniki: kapusta pekińska, jabłko, marchew, śmietana 18% (z mleka), cytryna, majonez (jaja, gorczyca), cukier, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kisiel z jabłkiem

Składniki: woda, jabłko, kisiel w proszku, cukier

Owsianka na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane

Wafle ryżowe

Jabłko

 07.10.2026

Środa

Śniadanie

Płatki pszenne

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Miód pszczeli

Masło ekstra (z mleka)

Bułka paryska z masłem

Składniki: bułka paryska (angielka) (pszenica), masło ekstra (z mleka)

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Zupa

Zupa brokułowa

Składniki: woda, brokuły, mrożone, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Grzanki do zupy

Składniki: chleb pszenny, olej rzepakowy, ziola prowansalskie

II danie

Klopsiki wieprzowe w sosie własnym

Składniki: wieprzowina łopatka, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), cebula, jaja kurze całe, bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, sól biała, pieprz

Kasza jęczmienna, perłowa Surówka z marchewki

Składniki: marchew, olej rzepakowy, cytryna

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jabłko

Gruszka

Banan

Jogurt grecki (z mleka)

Herbatniki (pszenica, mleko)

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

 08.10.2026

Czwartek

Śniadanie

Chleb pszenny graham

Jajko gotowane z majonezem i szczypiorkiem

Składniki: jaja kurze całe, majonez (jaja, gorczyca), szczypiorek, pieprz

Masło ekstra (z mleka)

Kakao

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Papryka súpki

Składniki: papryka czerwona

Zupa

Zupa ziemniaczana

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietana 18% (z mleka), natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

II danie

Wegański gulasz curry z ciecierzycą, warzywami i ryżem

Składniki: ryż biały, pomidory w puszcze krojone, ciecierzycza konserwowa, papryka czerwona, pieczarki świeże, mleczko kokosowe, cebula, olej rzepakowy, czosnek, curry, imbir suszony mielony, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe

Składniki: marchew, mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, jaja kurze całe, cukier

Mleko krowie, 2% tłuszczu

 09.10.2026

Piątek

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Twarożek z rzodkiewką

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), mleko krowie, 3,2% tłuszczu, rzodkiewka

Pomidor

Masło ekstra (z mleka)

Herbata z lipy

Zupa

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza jęczmienna, perłowa, kurczak, tuszka, wieprzowina żeberka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

II danie

Filet z miruny smażony

Składniki: miruna świeża, filety bez skóry (ryba), mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Surówka z kapusty kiszzonej

Składniki: kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Gofry na jogurcie naturalnym

Składniki: mąka pszenna, typ 450, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), mleko krowie, 2% tłuszczu, jaja kurze całe, olej rzepakowy, soda oczyszczona, cukier z prawdziwą wanilią

Brzoskwinia

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień)