

Jadłospis

75% całodobowego zapotrzebowania dla dzieci w wieku przedszkolnym wynosi 1050 kcal

Woda mineralna jest dostępna dla dzieci w ciągu całego dnia

ważny od 17.08-2026 do 21-08-2026

Poniedziałek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 1/5% (200g), pieczywo żytnie (35g), masło (6g), szynka gotowana wieprzowa (20g), sałata, ogórek (30g), herbata zielona/woda (150g). Śniadanie II: jabłko (100g). Alergeny: 1,7
Obiad	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym (250g), gulasz wieprzowy z szynki (120g), kasza gryczana biała (80g), mizeria (100g), kompot z porzeczka czarnej /woda (150g) Alergeny: 1,7,9
Podwieczorek	jogurt naturalny z miodem (150g), chrupki kukurydziane (25g), herbata/ woda (150g) Alergeny:7
Wtorek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Stół szwedzki: pieczywo mieszane: pszenne i żytnie (45g), masło (6g), ser biały, ser żółty (30g), ogórek kiszony, papryka (20 g), herbata/kakao (150g), Śniadanie II: jabłko - marchew (100g) Alergeny: 1,7
Obiad	Zupa grysikowa na wywarze warzywnym (250g), fasolka w sosie pomidorowym (120g), makaron ryżowy słupki ogórka kiszzonego z kukurydzą,(100g), kompot wiśniowy/woda (150g) Alergeny: 1,7,9
Podwieczorek	koktajl bananowy z prażonymi migdałami na kefirze (200g), ciasteczka zbożowe woda (150g) Alergeny: 1,7,8
Środa	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	zacierki na mleku 1,5% (200g), bułka graham (35g), masło (6g), polędwica sopocka (20g), pomidor malinowy, kalarepa (20g), herbata z cytryną/woda (150g) Śniadanie II: melon (100g), Alergeny:1,7,8
Obiad	Zupa krem z brokułów na wywarze warzywnym (250g), kotlet pożarski (65g), gotowane ziemniaki z koperkiem (150g), marchewka z groszkiem (100g), woda (150g) Alergeny:1,3,6,7,9
Podwieczorek	gruszka pieczona z kruszonką orkiszową (15g), wafle kukurydziane (25g) kakao/woda (150g) Alergeny:1,7
Czwartek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Stół szwedzki: pieczywo mieszane: pszenno/żytnie i razowy (45g), masło (6g), żywiecka poduszana drobiowa, ser królewski, (20g), sałata maślana, papryka, pomidor (20 g), herbata/kawa zbożowa (150g) Śniadanie II: morela (100g) Alergeny:1,6,7
Obiad	Zupa fasolowa z majerankiem na wywarze drobiowo -warzywnym (250g), ryż z jabłkiem i polewą jogurtową (200g),woda (150g) Alergeny:7,9
Podwieczorek	Parówki z indyka 98% mięsa (80g), bułeczka kukurydziana (25g), masło (4g) pomidorki koktajlowe (25g), herbata miętowa z pomarańczą/woda (150g) Alergeny:1,7
Piątek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	pieczywo żytnie (45g) masło (6g), jajko na twardo (40g), pomidor, ogórek (30g) herbata z imbirem/woda(150g) Śniadanie II: kalarepa (100g), orzech nerkowca (5g) Alergeny:1,3, 7, 8
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze drobiowo- warzywnym ze świeżą bazylią (250g), miruna pieczona (80g), gotowane ziemniaki (150g), kapusta kiszona z jabłkiem, marchewką i oliwą z oliwek (100g), woda z miodem i cytryną (150g) Alergeny:1,3,4,7,9
Podwieczorek	rogalik z serem woda (150g). Alergeny:1,3,7