

Jadłospis

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

Woda mineralna jest dostępna dla dzieci w ciągu całego dnia

ważny od 24.08-2026 do 28-08-2026

Poniedziałek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Granola na mleku 1/5% (200g), bułka z dynią (35g), masło (6g), konfitura malinowa 100% (20g), herbata z cytryną/woda (150g). Śniadanie II: Świeże warzywa: Kolorowa papryka, kalarepa (100g). Alergeny: 1,3,7
Obiad	Zupa parzybroda na wywarze warzywnym ze świeża natką (250g), Kotlet drobiowy (65g), gotowane ziemniaki z koperkiem (150g), fasolka szparagowa z bułeczką (100g), kompot wiśniowo - miętowy/woda (150g) Alergeny: 1,3,7,9
Podwieczorek	budyń czekoladowy (120g) , chrupki kukurydziane (25g) woda (150g) Alergeny: 1,7
Wtorek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Stół szwedzki: pieczywo mieszane: pszenne i razowe (45g), masło (6g), schab pieczony wieprzowy, ser żółty (20g), rukola, ogórek, papryka (20 g), herbata z imbirem/kawa zbożowa (150g), Śniadanie II: śliwki (100g) Alergeny: 1,7
Obiad	Zupa porowa na wywarze drobiowo - warzywnym (250g), Leczo z tofu (120g), ryż paraboliczny (80g), ogórek kiszony (100g), woda (150g) Alergeny: 1,3,7,9
Podwieczorek	serek waniliowy (100g), banan(50g) herbata z cytryną/woda (150g) Alergeny: 1,
Środa	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	kasza manna na mleku 1,5% (200g), chleb żytni (35g), masło (6g), ser mozzarella (20g), pomidor, ogórek kiszony, sałat (20g), herbata z pigwą/woda (150g) Śniadanie II: gruszka (100g), Alergeny:1,7
Obiad	Zupa biały barszcz na wywarze warzywnym (250g), makaron pełnoziarnistym (80g), białym serem i polewa z truskawek (200g), kompot z rabarbaru/woda (150g) Alergeny:1,3,6,7,9
Podwieczorek	kabanos w cieście francuskim (80g), sos pomidorowy, masło (4g), herbata miętowa z pomarańczą/woda (150g) Alergeny:1,7
Czwartek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Stół szwedzki: pieczywo mieszane: pszenno/żytnie i razowy (45g), masło (6g), żywiecka podsuszana drobiowa, pasta z suszonych pomidorów (30g), ser caprese (20g) sałata maślana, papryka, pomidor (20 g), herbata/kawa zbożowa (150g) Śniadanie II: sok 100% Jabłko-burak (100g) Alergeny:1,3,4,7
Obiad	Zupa z grochowa z tartym majerankiem na wywarze warzywnym (250g), duszone mięs z szynki wieprzowej (120g), kasza gryczana (80g), buraki zasmażane (100g) woda z cytryną (150g) Alergeny:1,6,9
Podwieczorek	ciasto kruche z malinami i kruszonką (150g), mleko 1,5%/woda (150g) Alergeny:1,3,7
Piątek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	pieczywo żytnie (45g) masło (6g), jajko na twardo (40g), kielki rzodkiewki, pomidor, ogórek (30g) herbata z cytryną/woda(150g) Śniadanie II: jabłko (100g), orzech włoski (5g) Alergeny:1,3, 7, 8
Obiad	Zupa krupnik z kaszy pęczak na wywarze drobiowo- warzywnym ze świeżą natką (250g), miruna pieczona w ziołach (80g), gotowane ziemniaki (150g), warzywa na parze: cukinia, pieczarka, papryka (100g), kompot z czarnej porzeczki/woda (150g) Alergeny:1,3,4,7,9
Podwieczorek	Shake na maślanie z owoców leśnych, pieczywo chrupki (25g) woda(150g). Alergeny:1,7