

Jadłospis

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

Woda mineralna jest dostępna dla dzieci w ciągu całego dnia

ważny od 22.06-2026 do 26-06-2026

Poniedziałek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Płatki kukurydziane mleku z żurawiną (200g), grahamka (35g), masło (6g), polędwica sopocka (20g), sałata, ogórek małosolny (30g), herbata zielona/woda (150g). Śniadanie II: Sok 100% (120g), Alergeny: 1,7
Obiad	Zupa krem z zielonego groszku na wywarze warzywnym, grzanki ziołowe (250g), makaron razowy (100g), z kurczakiem z brokułami i marchewką w sosie sojowym (100g), surówka wielowarzywna z awokado w jogurtowo- czosnkowym (100g), kompot z porzeczka czarnej /woda (150g) Alergeny: 1,7,9
Podwieczorek	kisiel z jabłkiem (120g), biszkopty (25g), kawa inka (150g) Alergeny:1,7
Wtorek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Stół szwedzki: pieczywo mieszane:pszenne i żytnie (45g), masło (6g),pasztet, ser żółty (20g) rukola,ogórek ,papryka (20g), herbata/kakao (150g) Śniadanie II: jabłko-marchew (100g) Alergeny: 1,7,9
Obiad	Zupa pomidorowa na wywarze warzywno-drobiowym (250g), kaszotto z kaszy pęczak ze strączkami (180g), słupek ogórka kiszzonego z czerwoną fasolą (100g), napój miodowo miętowy/woda (150g) Alergeny: 1,7,9
Podwieczorek	serek wiejski z truskawką (100g), pieczywo Wasa (25g), woda (150g) Alergeny: 1,7
Środa	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	płatki owsiane na mleku 1,5% (200g), bułka żytnia z dynią (35g), masło (6g), pasta z łososia (30g), szczypior, rzodkiewka (20g), herbata z rumiankowa/woda (150g) Śniadanie II: Crispy Natural jabłko 100% (18g) Alergeny:1,7
Obiad	Zupa porowo-serowa Grana Padano na wywarze drobiowo warzywnym (250g), wieprzowina z mango (120g), ziemniaki gotowane z koperkiem (80g), sałata w sosie winegret (100g), woda z cytryną (150g) Alergeny: 1,7,9
Podwieczorek	koktajl bananowa na maślanie z chia (200), chałka z kruszonką (25g) woda(150g). Alergeny:1,3,7,
Czwartek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	Stół szwedzki: pieczywo mieszane: pszenne/żytnie i razowy (45g), masło (6g), szynka wiejska wieprzowa,ser śmietankowy, (20g), sałata maślana, papryka, (20 g), herbata/kawa zbożowa (150g) Śniadanie II: arbuz (100g) Alergeny:1,7
Obiad	Zupa krupnik z natką na wywarze warzywnym (250g), kotlet mielony (60g), młode ziemniaki (150g), buraki zasmażane (100g), kompot z owoców leśnych z anyżem/woda (150g) Alergeny:7,9
Podwieczorek	Malinowy budyń jaglany (120 g), talarki kukurydziane, melisa z pomarańczą/woda (150g) Alergeny:1,7
Piątek	
Nazwa posiłku	Opis
Śniadanie	bułka mularka (45g) masło (6g), dżem 100% owoców (10g), herbata z imbirem/woda(150g) Śniadanie II: marchewka (100g), Alergeny:1,3, 7,
Obiad	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym (250g), Łosoś z pieca w ziołach (80g), gotowane ziemniaki (150g), kapusta kiszona z jabłkiem, marchewką, oliwa z oliwek (100g), Kompot z wiśniami i laską cynamonu/woda (150g) Alergeny:1,4,7,9
Podwieczorek	Ryż z jogurtem naturalnym z prażonym jabłkiem (120g) herbata miętowa/ woda (150g). Alergeny:7