

12.10.2026 - 16.10.2026

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE



	PONIEDZIAŁEK 12.10	WTOREK 13.10	ŚRODA 14.10	CZWARTEK 15.10	PIĄTEK 16.10
Śniadanie	chleb graham ⁽¹⁾ masło ekstra ⁽⁷⁾ polędwica drobiowa ^(6,7,9,10) , sałata, pomidor, powidła, kakao ⁽⁷⁾	chleb pszenno-żytni masło ekstra ⁽⁷⁾ pasta jajeczna ⁽³⁾ ze szczypiorkiem, ser żółty ⁽⁷⁾ , ogórek, papryka, herbata	DZIEŃ EDUKACJI NARODOWEJ DYŻUR	Bułka pszenna masło ekstra ⁽⁷⁾ wędlina krakowska ^(6,7,9,10) , ogórek, kiełki, konfitura z truskawek 100%, kakao ⁽⁷⁾	Chleb orkiszowy masło ekstra ⁽⁷⁾ płatki kukurydziane z mlekiem ^(1,5,8,7) , smalczyk z fasoli, pomidorki z mozzarellą ⁽⁷⁾
II śniadanie herbata	Jabłko	Jogurt skyr		Jabłko	Melon
Zupa	Rosolnik ⁽⁹⁾ (wywar warzywny)	Ziemniaczana ⁽⁹⁾ (wywar mięsny)		Ogórkowa ⁽⁹⁾ (wywar warzywny)	Zupa warzywna z soczewicą ⁽⁹⁾ (w.warzywny)
Obiad	Spaghetti z tofu ⁽⁶⁾ w sosie pomidorowo- warzywnym, makaron pełnoziarnisty ⁽¹⁾ woda z cytryną, wafle ryżowe	Gulasz z karkówki duszony ⁽¹⁾ , pyzy drożdżowe ^(1,3,7) kapusta czerwona, kompot owocowy banan	Śniadanie: Chleb pszenno-żytni ⁽¹⁾ masło ekstra ⁽⁷⁾ ser żółty ⁽⁷⁾ , pomidor, herbata z cytryną. Mus owocowy Obiad: Pyzy ziemniaczane z mięsem polane masłem, ogórek kiszony, sok tłoczony	Klopsiki wieprzowe ^(1,3) z natką pietruszki gotowane na parze, sos koperkowy ^(1,7) , ziemniaki, fasolka szparagowa z sezamem, woda z cytryną, mus owocowy	Ryba Miruna ⁽⁴⁾ duszona z warzywami po grecku ⁽⁹⁾ , ryż paraboliczny, sok tłoczony, mandarynka
Podwieczor.	Budyń z malinami ^(1,7) , herbatnik	Chałka mleczna z masłem i miodem ^(1,7) , herbata malinowa, owoc	Podwieczorek: Deser sojowy Alpro, chrupka kukurydziana, jabłko	Koktajl truskawkowy na owsianym ⁽⁷⁾ ciastko zbożowe	Babka cytrynowa ^(1,3) herbata owocowa, ½ banana

Woda pitna dostępna przez cały dzień wg potrzeb dziecka. Lista alergenów (legenda do jadłospisu) znajduje się na tablicy ogłoszeń.

Jadłospis może ulec zmianie, z przyczyn niezależnych od szkoły