

# JADŁOSPIS

13.01.2025r.- 17.01.2025r.

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
13.01.2025r. Poniedziałek	Pieczyno mieszane(1), masło(7),szynka drobiowa (9)(10)(11), serek topiony ziołowy(7),pomidorki cherry kielki brokołu, papryka żółta mleko(7) herbata owoce leśne , woda <i>Przekąska: jabłko</i>	Zupa jarzynowa na włoszczyźnie mięsie (9), gzik(7), ziemniaki z koperkiem, marchewka pieczona w ziołach, sałatka z ogórka zielonego z koperkiem, kompot owocowy dosładzany daktylami	Ciastka owsiane z żurawiną i słonecznikiem (1),gruszka, mandarynka, herbata z cytryną , woda
14.01.2025r. Wtorek	Pieczyno mieszane(1), masło(7),płatki kukurydziane krem cieciorella( kakao, ciecierzycy, banan),ogórek zielony, polędwica sopocka(9)(10)(11), herbata rooibos, woda <i>Przekąska: marchewka</i>	Zupa dyniowa na włoszczyźnie z grzankami(1)(9), kaszotto warzywno-drobiowe(1), sałatka z ogórka kiszzonego z cebulką, kompot gruszkowy dosładzany daktylami	Kanapki z pieczywa wieloziarnistego z pastą rybną na jogurcie naturalnym z koperkiem (1)(4)(7), papryka mix, herbata malinowa, woda
15.01.2025r. Środa	Pieczyno mieszane(1), masło(7) parówki wieprzowe (9)(10)(11),ser żółty(7), kielki brokołu, powidła śliwkowe, pomidorki cherry, kakao(7), herbata owocowa, woda <i>Przekąska: gruszka</i>	Zupa kapuśniak na włoszczyźnie (9), knedle z truskawkami i masłem (1)(3)(7), tarta marchewka, herbata ziołowa	Bulka wiejska z masłem(1)(7), pasta z ciecierzycy z pomidorami suszonymi, ogórek kiszony w kawałku, woda z miodem i cytryną
16.01.2025r. Czwartek	Pieczyno mieszane(1), masło(7), owsianka z miodem i rodzynekami(7), ogórek zielony , szynka gotowana, herbata rooibos, woda <i>Przekąska: papryka mix</i>	Zupa brokułowa na włoszczyźnie z prażonymi pestkami dyni(9), gulasz a'la strogonow z pieczarkami i ogórkiem kiszonym, kasza pęczak(1), kompot malinowy z daktylami	Serek z sosem malinowym, tarta czekolada, pałeczki kukurydziane, herbata rooibos, woda
17.01.2025r. Piątek	Pieczyno mieszane(1), masło(7),pasta jajeczna ze szczypiorkiem(3),kabanosy wieprzowe(9)(10)(11), pomidorki cherry ,kielki brokołu, herbata owoce leśne, woda <i>Przekąska: marchewka</i>	Zupa truskawkowa z makaronem(1), rybka z pieca pod warzywną pierzynką(4)(9), ziemniaki z koperkiem	Banan ,jabłko, bulka mleczna z masłem(1)(7), herbata owocowa, woda

Codziennie dla dzieci dostępna woda do picia

ZASTRZEGA SIĘ PRAWO DO ZMIAN W JADŁOSPISIE

WSZYSTKIE POTRAWY PRZYGOTOWYWANE SĄ W PRZEDSZKOLNEJ KUCHNI Z DODATKIEM NATURALNYCH PRZYPRAW, BEZ GLUTAMINIANU SODU I INNYCH SZTUCZNYCH DODATKÓW.

INTENDENT

Katarzyna Wojewodziec

INTENDENT

Ewa Skorupska

KUCHARKA

DYREKTOR PRZEDSZKOLA NR 30

mg DYREKTOR

Jadłospis dostępny także na stronie internetowej przedszkola

[olimpijczyk.eprzedszkola.pl](http://olimpijczyk.eprzedszkola.pl)

oraz na portalu iPrzedszkole

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
20.01.2025r. Poniedziałek	Pieczyczo mieszane(1), masło(7),szynka gotowana(9)(10)(11) twarożek z rzodkiewką(7) rzodkiewki, ogórek zielony, papryka żółta, mleko(7) herbata owocowa, woda <i>Przekąska: gruszka</i>	Zupa ogórkowa na włoszczyźnie mięsie(9) , pierogi leniwe z masłem i cukrem trzciniowym(1)(3)(7), surówka z marchewki z jabłkiem, herbata ziołowa	Kanapki z pieczywa wielozłarnistego z masłem(1)(7), sałatka z tuńczyka z kukurydzą i papryką czerwoną(4)(9) , ogórek kiszony, herbata, woda
21.01.2025r. Wtorek	Pieczyczo mieszane(1), masło(7),owsianka kokosowa, tarta czekolada gorzka, borówki ,szynka konserwowa(9)(10)(11) , herbata jabłko-gruszka, woda <i>Przekąska: ogórek zielony</i>	Zupa krem z buraka na włoszczyźnie z jogurtem naturalnym(7)(9),kureczak pieczony w sosie własnym(1), ziemniaki z koperkiem, czerwona kapusta gotowana, sałata lodowa, kompot owocowy dosładzany daktylami	Blanszowany kalafior i brokuł z dipem jogurtowym(7), marchewka w kawalku, kawiorek z masłem(1)(7),
22.01.2025r. Środa	Pieczyczo mieszane (1) masło(7),kielbasa żywiecka(9)(10)(11), serek żółty(7), jajko gotowane (3) , ketchup(9) ogórek kiszony , kakao(7) herbata owoce leśne, woda <i>Przekąska: gruszka</i>	Zupa porowa na włoszczyźnie z prażonymi pestkami słonecznika (1)(9), makaron pszemno – razowy(1), sos pomidorowo-ziołowy(1), tarty ser żółty(7), groszek zielony, kompot malinowy dosładzany daktylami	Banan jabłko, rogal mleczny z masłem(1)(7), herbata czarna porzeczka z cytryną, , woda
23.01.2025r. Czwartek	Pieczyczo mieszane(1), masło(7), zupa mleczna z kaszką manną(7), maliny, filet z indyka(9)(10)(11), ogórek zielony, herbata malina z żurawiną, woda <i>Przekąska: pomidorki koktajlowe</i>	Zupa z soczewicy czerwonej na włoszczyźnie mięsie(9), kluski pszemne z boczkiem i cebulką(1)(3)(7), kapusta kiszona gotowana, papryka czerwona w kawalku, kompot jabłkowy dosładzany daktylami	Bulka grahamka z masłem(1)(7), pasta ze słonecznika z suszonymi pomidorami ,ogórek kiszony, woda z miodem i cytryną
24.01.2025r. Piątek	Pieczyczo mieszane(1),, masło(7), pasta drobiowa z marchewką (9), serek topiony(7) pomidorki cherry, ogórek kiszony, herbata, malinowa, kawa zbożowa(7) ) woda <i>Przekąska: jabłko</i>	Zupa owocowa wiśniowa z makaronem(1), pulpety rybne(1)(3)(4), ziemniaki duszone z koperkiem(7), dip cytrynowy na jogurcie(7), surówka z kapusty kiszonej z papryką	Ciasto czekoladowo- buraczkowe(1)(7) z cukrem pudrem, paleczki kukurydziane, herbata roiboos, woda

Codziennie dla dzieci dostępna woda do picia

ZASTRZEGA SIĘ PRAWO DO ZMIAN W JADŁOSPISIE

WSZYSTKIE POTRAWY PRZYGOTOWYWANE SĄ W PRZEDSZKOLNEJ KUCHNI Z DODATKIEM NATURALNYCH  
PRZYPRAW, BEZ GLUTAMIANI I SODU I INNYCH SZTUCZNYCH DODATKÓW.

**INTENDENT**  
*Katarzyna Wojewodzik*  
INTENDENT

**DYREKTOR PRZEDSZKOLA NR 30**  
*Ewa Skorupska*  
mgr **GRAZYNA ERENZ**  
DYREKTOR

Jadłospis dostępny także na stronie internetowej przedszkola  
**olimpijczyk .eprzedszkola.pl** oraz  
na portalu **iPrzedszkole**