

JADŁOSPIS

03.08.2026r.- 07.08.2026r.

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
03.08.2026r. Poniedziałek DZIEŃ ARBUZA	Pieczyno mieszane(1), masło(7) szynka drobiowa z indyka (9), serek śmietankowy (7), kielki brokułu, papryka żółta pomidorki cherry, kawa zbożowa(7), napój roślinny, herbata truskawkowa, woda <i>Przekąska: gruszka</i>	Zupa z zielonego groszku na włoszczyźnie z prażonymi pestkami dyni (9), risotto warzywne z cukinią, ciecierzycą i papryką czerwoną, sok wieloowocowy tłoczony	Arbuz, morele, jabłko, talerze zbożowo-ryżowe, woda
04.08.2026r. Wtorek	Owsianka na mleku/napoju roślinnym ze świeżymi malinami (1)(7), pieczywo mieszane(7), masło(7), kalarepa w kawałku, herbata rooibos, woda <i>Przekąska: ogórek zielony w kawałku</i>	Zupa paprykowo-cukiniowa na włoszczyźnie z grzankami razowymi (1)(9), makaron pszemno-razowy z sosem szpinakowo-śmietanowym z prażonym słonecznikiem (1)(7), lemoniada cytrynowa	Sorbet truskawkowo- bananowy z dodatkiem jogurtu naturalnego i orzechów włoskich (7), paleczki kukurydziane, woda
05.08.2026r. Środa	Pieczyno mieszane(1), masło(7), ser żółty(7), pasta z soczewicy czerwonej ze słonecznikiem(6), ogórek kiszony, papryka żółta, kakao (7), herbata malinowa, woda <i>Przekąska: marchewka w kawałku</i>	Zupa marchewkowa z batatami na włoszczyźnie z płatkami migdałowymi (9), filet drobiowy panierowany w płatkach kukurydzianych(1)(3), ziemniaki z koperkiem, brokuły na parze, sok jabłkowy tłoczony	Koktajl malinowy na jogurcie naturalnym /wegańskim z siemieniem lnianym(7), talarki orkiszowe, woda
06.08.2026r. Czwartek	Pieczyno mieszane(1), masło(7), twarożek z tartą rzodkiewką i szczypiorkiem (7), dżem brzoskwiniowy bez cukru, mleko(7)/napój roślinny, herbata brzoskwiniowa z kwiatem rumianku, woda <i>Przekąska: arbuz</i>	Zupa kalafiorowa z koperkiem na włoszczyźnie (9), gulasz wieprzowy (1), kasza bulgur (1), surówka z kapusty białej z marchewką i oliwą z oliwek, sok owocowy tłoczony	Różowy serek kanapkowy z wiśniami(7), pieczywo chrupkie jaglane, ogórek zielony w kawałku, woda
07.08.2026r. Piątek	Pieczyno mieszane (1), masło(7), jajko gotowane z ketchupem i szczypiorkiem (3) (9), pomidorki cherry, ogórek zielony, herbata mango z pomarańczą, kawa zbożowa(7)/napój roślinny), woda <i>Przekąska: jabłko</i>	Zupa owocowa z kaszą jagłą, rybka z pieca (1)(3)(4) ziemniaki z koperkiem (7), surówka z kapusty kiszzonej z marchewką	Brzoskwinie, bułka grahamka z masłem(1)(7), 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

mgr GŁAŻYNA ERENZ
DYREKTOR

Jadłospis dostępny także na stronie internetowej Przedszkola
olimpijczyk.eprzedszkola.pl i na portalu **iPrzedszkole**

JADŁOSPIS

10.08.2026r.- 14.08.2026r.

	<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Podwieczorek</i>
10.08.2026r. Poniedziałek	Pieczewo mieszane(1), masło(7), ser mozzarella z pomidorem malinowym, bazylią z dodatkiem oliwy z oliwek(7), papryka żółta, ogórek zielony, mleko(7)/napój roślinny, herbata rooibos, woda <i>Przekąska: jabłko</i>	Zupa ogórkowa na włoszczyźnie mięsie(9), makaron pszenno -razowy z twarogiem i malinami (1)(7), marchewka z jabłkiem, herbata miętowa z pomarańczą	Pasta jajeczna z awokado (3)(9) chleb razowy z ziarnami (1) , masło (7) pomidorki cherry, woda
11.08.2026r. Wtorek	Granola owocowa z żurawiną(1), jogurt naturalny (7)/jogurt vege, pieczewo mieszane (1), masło(7) ,kalarepa, herbata rooibos, woda <i>Przekąska: ogórek zielony</i>	Zupa z kukurydzy na włoszczyźnie z popcornem (9), kurczak pieczony w sosie własnym(1) ,ziemniaki z koperkiem, surówka z czerwonej kapusty z marchewką i jabłkiem, lemonada cytrynowa	Talerz owoców: arbuz, brzoskwinia, jabłko, paleczki kukurydziane, woda
12.08.2026r. Środa	Pieczewo mieszane (1), masło(7), humus domowy(11), ser żółty (7), papryka czerwona, ogórek kiszony, kawa zbożowa(7), herbata poziomkowa , woda <i>Przekąska : gruszka</i>	Zupa pietruszkowo-gruszkowa na włoszczyźnie z grzankami razowymi (1)(9),rybka w ziosłach(4), kasza bulgur (1), sos z pieczonej papryki i pomidorów, brokuły na parze, sok jabłkowo-wiśniowy tłoczony	Serek naturalny z musem malinowym z posypką z nasion chia (7), borówki, chrupki kukurydziane, woda
13.08.2026r. Czwartek	Płatki kukurydziane ,borówki mleko(7)/napój roślinny konfitura truskawkowa bez cukru, herbata brzoskwiniowa z kwiatem rumianku, woda <i>Przekąska: kalarepa</i>	Zupa brokułowa na włoszczyźnie z prażonymi pestkami dyni(9), klopsiki wieprzowe w sosie koperkowym(1)(3)(7), ryż brązowy, marchewka z grozkiem, sok gruszkowy	Sok warzywno-owocowy (marchewka, pomarańcza, jabłko), pieczewo chrupkie razowe, woda
14.08.2026r. Piątek	Pieczewo mieszane(1), masło(7), jajecznicą ze szczypiorkiem (3)(7), papryka żółta, kielki brokuły, kakao (7), herbata wiśniowa, woda <i>Przekąska: marchewka</i>	Zupa pomidorowa na włoszczyźnie mięsie z makaronem(1)(9), gzik ze szczypiorkiem(7), ziemniaki, sałatka z pomidorów, ogórka zielonego i cebulki, sok wielooowocowy tłoczony	Jabłko, orzechy włoskie, Ciasto marchewkowe (1)(3), 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 **DYREKTOR PRZEDSZKOLA NR 30**
Kucharka
DYREKTOR
mgr GRAŻYNA ERENZ

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