

JADŁOSPIS

31.08.2026r.- 04.09.2026r.

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
31.08.2026r. Poniedziałek	Pieczyno mieszane(1), masło(7), polędwica sopocka (9), kielki brokuła ,papryka żółta , rzodkiewki, mleko (7) herbata malinowa z cytryną, woda <i>Przekąska:</i> gruszka	Zupa kalafiorowa na włoszczyźnie mięsie z koperkiem (9) makaron pszenno-razowy z serkiem i musem jagodowym (1)(7), surówka z marchewki i selera z dodatkiem oliwy z oliwek, kompot owocowy	Kanapki z chleba razowego z ziarnami z masłem (7), pasta drobiowa z marchewką i koperkiem, ogórek kiszony w kawałku. woda
01.09.2026r. Wtorek	Pieczyno mieszane (1), masło(7), pasta z czerwonej soczewicy z jajkiem (3)(7), pomidorki, sałata rzymska rzodkiewki, kakao(7), herbata wiśniowa, woda <i>Przekąska:</i> sok owocowo- warzywny(marchew, jabłko, pomarańcza)	Zupa brokułowa na włoszczyźnie z dodatkiem prażonej dyni(9), gulasz warzywny z cukinią, papryką czerwoną i kukurydzą, kasza bulgur (1), kompot gruszkowy	Jogurt naturalny ze świeżymi malinami i tartą gorzką czekoladą (7), paleczki kukurydziane, woda
02.09.2026r. Środa	Pieczyno mieszane(1), masło(7), twaróg z tofu z cytryną, szczypiorkiem i rzodkiewką, powidła śliwkowe bez cukru, pomidorki, herbata truskawkowa, woda <i>Przekąska:</i> jabłko	Zupa marchewkowa z batatami na włoszczyźnie(9), kotlet schabowy w panierce z płatków kukurydzianych (3), puree ziemniaczane (7), bukiet warzyw na parze(brokuł, kalafior), kompot wielooowocowy	Budyń jaglany z musem śliwkowym z cynamonem i orzechami włoskimi talarki orkiszowe, woda
03.09.2026r. Czwartek	Owsianka na mleku z borówkami i suszoną żurawiną(1)(7), pieczywo mieszane (1), masło(7), herbata rooibos, woda <i>Przekąska:</i> ogórek zielony	Zupa z zielonego groszku na włoszczyźnie z grzankami razowymi (9), pulpeciki wieprzowe w sosie pomidorowym (1)(3), ryż brązowy, ogórek kiszony w kawałku, kompot owocowy	Koktajl owocowy na bazie napoju ryżowo- kokosowego z dodatkiem siemienia lnianego, bułka razowa z masłem (7), woda
04.09.2026r. Piątek	Pieczyno mieszane (1), masło (7), jajecznica ze szczypiorkiem(3), pomidorki ogórek zielony, papryka żółta, kawa zbożowa na mleku(7), herbata owoce leśne, woda <i>Przekąska:</i> gruszka	Zupa cukiniowa na włoszczyźnie z grzankami razowymi (9), rybka pod warzywną pierzynką (9), ziemniaki z koperkiem, kompot owocowy	Śliwki, jabłko, Ciasto drożdżowe z kruszonką (1)(3), prażone płatki migdałowe, kawa zbożowa na napoju owsianym (1), 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

Ewa Skorupska

DYREKTOR PRZEDSZKOLA NR 30

Katarzyna Wojewodzik

INTENDENT

KUCHARKA

mgr GŁAŻYNA ERENZ
DYREKTOR

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

JADŁOSPIS

07.09.2026r.-11.09.2026r.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
07.09.2026r. Poniedziałek	Pieczyno mieszane(1), masło (7), szynka drobiowa z indyka (9) ,ser żółty(7), rzodkiewki salata rzymska , pomidorki , mleko(7) herbata owocowa, woda <i>Przekąska:</i> jabłko	Zupa krem z pomidorów na włoszczyźnie zabieleną śmietaną roślinną (9), placki ziemniaczano-cukiniowe z dodatkiem mąki orkiszowej z jogurtem naturalnym (3)(7), tarta marchewka z prażonym słonecznikiem, herbata ziołowa miętowa z pomarańczą	Pasta z soczewicy i prażonego słonecznika , bułka grahamka z masłem (7), ogórek zielony w kawałku, woda
08.09.2026r. Wtorek	Platki kukurydziane bez cukru (1), mleko (7),krem cieciorella (kakao, awokado, ciecierzycy) , papryka czerwona, pieczywo mieszane(1), masło(7) herbata rooibos, woda <i>Przekąska:</i> ogórek zielony	Zupa dyniowa na włoszczyźnie z grzankami razowymi (1)(9) , klopsiki warzywne ze słonecznikiem (kalafior, brokuł, zielony groszek)(3), kasza bulgur(1), dip cytrynowy (7), sałatka z rukoli z pomidorami pestkami dyni z oliwą z oliwek, kompot owocowy	Talerz owoców: jabłko, banan, maliny, wafle zbożowo-ryżowe, woda
09.09.2026r. Środa	Pieczyno mieszane (1) masło(7), humus klasyczny (11) twarożek z bazylią (7) pomidorki, ogórek kiszony kakao(7) herbata owocowa, woda <i>Przekąska:</i> jabłko	Zupa z buraka na włoszczyźnie z dodatkiem jogurtu naturalnego (7)(9), makaron razowy w sosie z serka mascarpone z pieczarkami i kurczakiem z dodatkiem prażonego słonecznika(7), czerwona papryka w kawałku, kompot śliwkowy	Ciasteczka owsiane z bananem, żurawiną i pestkami słonecznikiem (1), gruszka w kawałku, woda
10.09.2026r. Czwartek	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i mielonymi pestkami dyni (1), chleb razowy z ziarnami, masło(1), ogórek zielony , herbata brzoskwiniowa z kwiatem rumianku, woda <i>Przekąska:</i> marchewka	Zupa porowa na włoszczyźnie z prażonymi pestkami słonecznika(9), udko z indyka w sosie własnym(1), kasza jęczmienna (1),kapusta czerwona gotowana, kompot wieloowocowy	Sok owocowo-warzywny (marchew, szpinak, gruszka, awokado), pieczywo chrupkie jaglane, woda
11.09.2026r. Piątek	Pieczyno mieszane(1), masło(7),pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3)(9), pomidorki, papryka żółta , herbata , kawa zbożowa(7) woda <i>Przekąska:</i> gruszka	Zupa krupnik na włoszczyźnie z kaszą jaglaną, mięsie (9), rybka z pieca (1)(3)(4),puree ziemniaczano-brokulowe, surówka z kapusty kiszonej z marchewką, kompot śliwkowy	Maliny, Muffinki buraczano-czekoladowe , kawa zbożowa na napoju owsianym(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 INKUBANTÓW BEZ GLUTAMINIANU SODU I INNYCH SZTUCZNYCH DODATKÓW.

Katarzyna Wojewodzik
INTENDENT

Ewa Skorupska
KUCHARKA

DYREKTOR PRZEDSZKOLA NR 30

mgr GABRYLA ERENZ

DYREKTOR

INTENDENT

Jadłospis dostępny także na stronie internetowej przedszkola

olimpijczyk.eprzedszkola.pl oraz

na portalu iPrzedszkole