

JADŁOSPIS

12.10.2026r.- 16.10.2026r.

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
12.10.2026r. Poniedziałek	Pieczewo mieszane(1), masło(7), polędwica sopocka (9)(10)(11), pomidorki, kielki brokułu, papryka żółta mleko(7) herbata wiśniowa, woda <i>Przekąska: gruszka</i>	Zupa kapuśniak z kapusty młodej na włoszczyźnie mięsie (9), jabłka w cieście z miodem (1)(3) surówka z marchewki i sezamu (11), herbata rumiankowa z limonką	Pasta z soczewicy czerwonej z gotowanymi warzywami (9), kanapki z masłem(1)(7), ogórek kiszony w kawałku, woda z miodem i cytryną
13.10.2026r. Wtorek	Owsianka czekoladowa na napoju owsianym (1), wiśnie, pieczewo mieszane (1), masło (7), ogórek zielony, herbata brzoskwiniowa z kwiatem rumianku,, woda <i>Przekąska: marchewka</i>	Zupa brokułowa na włoszczyźnie z prażonymi pestkami dyni (9), makaron pszemno-razowy (1), sos pomidorowy z groszkiem zielonym (9), ser tarty mozzarella(7), kompot owocowy dosładzany daktylami	Sok owocowo-warzywny (marchew, jabłko, pomarańcza, awokado), bulka kajzerka z masłem (1)(7), woda
14.10.2026r. Środa	Pieczewo mieszane(1), masło(7) parówki z szynki z ketchupem(9), ser żółty(7), pomidorki, ogórek zielony, kakao (7), herbata poziomkowa, woda <i>Przekąska: jabłko</i>	Zupa owocowa wiśniowa, klopsiki rybne(1)(3)(4), puree ziemniaczano – brokułowe (7) sos cytrynowo -jogurtowy (7), surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i natką pietruszki, kompot gruszkowy	Serek naturalny z musem śliwkowym z cynamonem i płatkami migdałowymi(7), wafle zbożowo-ryżowe, woda
15.10.2026r. Czwartek	Pieczewo mieszane (1), masło(7), twarożek z tofu z rzodkiewką i ogórkiem zielonym (6)(7), powidła śliwkowe, mleko(7), herbata owocowa, woda <i>Przekąska: gruszka</i>	Rosół drobiowy na włoszczyźnie z makaronem (1)(9), indyk, ryż, sos potrawkowy(1), marchewka z groszkiem(7), sałata lodowa, kompot wieloowocowy dosładzany daktylami	Kisiel wiśniowy z dodatkiem jogurtu greckiego z siemieniem lnianym i borówkami (7), herbata rooibos, woda
16.10.2026r. Piątek	Pieczewo mieszane (1), masło (7), pasta z makreli wędzonej z natką pietruszki (4)(9) pomidorki, rzodkiewka, kielki brokułu, kawa zbożowa na mleku (7), herbata roiboos, woda <i>Przekąska:</i>	Zupa pomidorowa na włoszczyźnie z makaronem (1)(9), jajecznica ze szczypiorkiem (7), ziemniaki z koperkiem (7) marchewka pieczona w ziołach, mizeria na jogurcie(7), kompot wiśniowy dosładzany daktylami	Jabłko, ciasto drożdżowe z kruszonką z dodatkiem mąki orkiszowej (1)(3)(7) orzechy włoskie, kawa zbożowa (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 SZKODLIWYCH I ARTYFICJALNYCH DODATKÓW.

INTENDENT
Katarzyna Wojewodziec
INTENDENT

KUCHARKA
Ewa Skorupska
KUCHARKA

V-ce Dyrektor
mgr Lucyna Lesińska
DYREKTOR

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

JADŁOSPIS

19.10.2026r.-23.10.2026r.

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
19.10.2026r. Poniedziałek	Pieczycwo mieszane(1), masło(7), szynka drobiowa z kurczaka (9), rzodkiewki, ogórek zielony, pomidorki, mleko(7), herbata owocowa, woda <i>Przekąska:</i> gruszka	Zupa jarzynowa na włoszczyźnie mięsie(9), placki ziemniaczane – cukiniowe z jogurtem naturalnym (1)(3), marchewka w kawałku, herbata ziołowa	Różowy serek z wiśniami (7), pieczywo chrupkie jaglane, ogórek zielony w kawałku, herbata rooibos
20.10.2026r. Wtorek	Owsianka kokosowa (1)(7), papryka czerwona, pieczywo mieszane(1), masło(7), herbata żurawinowa, woda <i>Przekąska:</i> ogórek zielony	Zupa z kukurydzy na włoszczyźnie z popcornem (9), kłosewieprzowy (1)(3) ziemniaki z koperkiem, gotowana kapusta kiszona, sałata lodowa, kompot wieloowocowy	Koktajl bananowo - truskawkowy z nasionami chia na napoju owsianym (1), bułka grahamka z masłem(1)(7), woda
21.10.2026r. Środa	Pieczycwo mieszane (1) masło(7), pasta warzywna z ciecierzycą i jajkiem (3)(9), ser żółty(7) pomidorki, ogórek zielony, kakao(7), herbata owocowa, woda <i>Przekąska:</i> jabłko	Zupa minestrone na włoszczyźnie (9), makaron pszemno-razowy w sosie szpinakowo -śmietanowym ze słonecznikiem i serkiem tartym mozzarella (1)(7), papryka czerwona w kawałku, kompot gruszkowy	Jabłko pieczone pod pierzynką z cynamonem i płatkami migdałowymi, talarki jaglane, woda
22.10.2026r. Czwartek	Pieczycwo mieszane(1), masło (7), twarożek z awokado (7),powidla śliwkowe, pomidorki, papryka żółta mleko(7) herbata poziomkowa, woda <i>Przekąska:</i> marchewka	Zupa paprykowo-cukiniowa na włoszczyźnie z grzankami razowymi(1)(9), bitki z piersi z indyka w sosie własnym(1), kasza jęczmienna(1), buraki zasmażane, kompot wiśniowy	Jogurt naturalny grecki z siemieniem lnianym z dodatkiem tartej gorzkiej czekolady (7), brzoskwinia, talarki jaglane, woda
23.10.2026r. Piątek	Pieczycwo mieszane(1), masło(7),jajko gotowane (3),ketchup(9), szczypiorek, pomidorki, papryka żółta, herbata malinowa, kawa zbożowa na mleku (7) woda <i>Przekąska:</i> gruszka	Zupa krem z kalafiora na włoszczyźnie z grzankami razowymi (1) (9), rybka z pieca (1)(3)(4), sos pomidorowo-paprykowy, ziemniaki duszone z koperkiem(7),brokuły na parze, sok wieloowocowy tłoczony	Jabłko, ciasto marchewkowe z polewą z serka mascarpone (1)(3)(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 GLUTAMINIANÓW SODU I INNYCH SZTUCZNYCH DODATKÓW.

INTENDENT
Katarzyna Wojewodziec

KUCHARKA
Ewa Skotłowska

V-ce Dyrektor
mgr Lucyna Lesińska
DYREKTOR

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