

PONIEDZIAŁEK 01.09.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi z dodatkiem suszonej żurawiny (białko mleka, gluten) Chleb staropolski z masłem, pasta z sera białego, rzodkiewki i szczypiorku, (białko mleka, gluten mąki pszennej) Herbata malinowa.		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (seler, białko mleka, gluten)	250g	165,0 kcal
	Ryż koktajlem truskawkowym (białko mleka)	150g	154,5 kcal
	Kompot wieloowocowy.	200g	114,0 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, szynka chłopska, ogórek kiszony (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
WTOREK 02.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb pszenny z masłem, serek biały na słodko (białko mleka, gluten z mąki pszennej, jajko) Kakao (białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
II śniadanie	Banan,		
Obiad	Zupa z czerwonej soczewicy z zacierką, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (seler, białko mleka, gluten)	250g	278,0 kcal
	Ziemniaki z koperkiem,	150g	135,3 kcal
	Sznycełki wieprzowe, (gluten z bułki tartej)	50g	124,0 kcal
	Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, cebulki z dodatkiem jogurtu naturalnego (białko mleka)	50g	27,0 kcal
	Kompot wieloowocowy.	200g	114,0 kcal
Podwieczorek	Płatki kukurydziane z koktajlem truskawkowym, (białko mleka), Herbata owocowa.		
ŚRODA 03.09.2025 r.			
Śniadanie	Weka z masłem, dżem truskawkowy, (białko mleka, gluten mąki pszennej) Kakao (białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Nektarynki.		
Obiad	Krupnik z kaszą, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleny śmietaną (zboża zawierające gluten, seler, białko mleka)	250g	230,0 kcal
	Ruskie pierogi (gluten mąki pszennej, białko mleka),	150g	327,0 kcal
	Marchewka do chrupania,	50g	20,65 kcal
	Kompot wieloowocowy.	200g	114,0 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, pasztet pieczony, szczypiorek (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
CZWARTEK 04.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb z masłem, hummus z suszonymi pomidorami, szczypiorek (gluten z mąki pszennej, białko mleka) Kawa zbożowa z mlekiem (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata malinowa,		
II śniadanie	Arbuz.		
Obiad	Zupa ryżowa na rosole z warzywami i zieloną pietruszką, (gluten, seler)	250g	120,0 kcal
	Ziemniaki z koperkiem,	150g	135,3 kcal
	Dramstiki pieczone w ziołach,	50g	105,5 kcal
	Salatka zielona z jogurtem naturalnym (białko mleka),	50g	22,0 kcal

	Kompot wieloowocowy.	200g	114,0 kcal
Podwieczorek	Legumina z musem malinowym (gluten, białko mleka) Biskopcy, Herbata owocowa,		
PIĄTEK 05.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb mieszany z masłem, pasta z makreli i sera białego, szczypiorek, (białko mleka, gluten z mąki pszennej, ryba), Kawa zbożowa z mlekiem (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Kapuśniak z kielbasą i ziemniakami (seler), Makaron z serem (gluten z mąki pszennej, białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 200g	180,0 kcal 187,5 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Salatka owocowa (banan, jabłko, brzoskwinia, arbuz) Chrupki kukurydziane, Herbata owocowa.		
PONIEDZIAŁEK 08.09.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką (białko mleka, gluten) Chleb pszenny z masłem, pasta z sera białego i awokado, (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Zupa pomidorowa z makronem, warzywami, zieloną pietruszką, zabelana śmietaną (seler, białko mleka, gluten) Jajko sadzone (jajko) Ziemniaki z koperkiem, Marchewka z groszkiem (białko mleka), Kompot wieloowocowy.	250g 50g 150g 50g 200g	395,0 kcal 98,0 kcal 135,3 kcal 43,5 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, szynka maślana, szczypiorek (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
WTOREK 09.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb słonecznikowy z masłem, pasta jajeczna, szczypiorek (białko mleka, gluten z mąki pszennej, jajko) Kawa zbożowa z mlekiem (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Melon.		
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami, warzywami, zieloną pietruszką, zabelana śmietaną (białko mleka, seler) Kasza kuskus, (zboża zawierające gluten) Gulasz wieprzowy, Surówka z kapusty kiszonej, marchewki, jabłka, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	168,0 kcal 168,0 kcal 93,0 kcal 25,5 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Kisiel truskawkowy (według własnej receptury) Chąłka drożdżowa z masłem (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Herbata owocowa,		
ŚRODA 10.09.2025 r.			
Śniadanie	Rogal drożdżowy z masłem i powidłem śliwkowym, (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Kakao, (białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Banan,		
Obiad	Zupa grysikowa na rosół z warzywami, zielona pietruszka, (gluten, seler), Łazanki z kapustą (gluten z mąki pszennej)	250g 150g	323,87 kcal 204,0 kcal

	Jabłka, Kompot wieloowocowy.	50g 200g	28,5 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Chleb tarnowski z masłem, polędwica sopocka, pomidor, szczypiorek, (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Herbata owocowa,		
CZWARTEK 11.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb żytni z masłem, stół szwedzki (roszponka, pomidor, ogórek, jajko, wędlina, ser żółty, szczypiorek) (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy, jajko) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Arbuz.		
Obiad	Zupa brokułowa z kaszą, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną, (białko mleka, seler, gluten) , Pierogi z mięsem (gluten z mąki pszennej, białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 200g	218,0 kcal 307,5 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Budyń śmietankowy z posypką czekoladową (według własnej receptury) (białko mleka) Chrupki kukurydziane, Herbata owocowa,		
PIĄTEK 12.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem, pasta z ciecierzycy i jajek (gluten z mąki pszennej, białko mleka) , Kawa zbożowa z mlekiem (białko mleka, zboża zawierające gluten) , Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko.		
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (białko mleka, seler, gluten) Ziemniaki z koperkiem, Ryba dorsz panierowana (ryba, gluten z bułki tartej) Buraczki na ciepło, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	130,0 kcal 135,3 kcal 72,0 kcal 19,0 kcal 114,0 kcal
Podwieczorek	Salatka owocowa, (jabłko, banan, melon, arbuz), Biszkopty (gluten mąki pszennej) , Herbata owocowa,		

Zupy w naszym przedszkolu są gotowane na pełnym bukcie jarzyn wraz z selerem.

Miedzy posiłkami dzieci otrzymują do picia wodę mineralną niegazowaną.

W jadłospisie wyróżniono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji występujące w posiłkach przygotowywanych w naszym przedszkolu i zawarte w załączniku II

do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) NR 1169/2011 z dnia 25.11.2011 r.

Szczegółowy wykaz wartości kalorycznych i odżywczych znajduje się do wglądu u Pani Intendent.