

PONIEDZIAŁEK 10.11.2025 r.			
Śniadanie	Weka z masłem, dżem truskawkowy (białko mleka, gluten mąki pszennej) Kakao (białko mleka) Herbata malinowa.		
II śniadanie	Jabłka.		
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (seler, gluten, białko mleka) Ziemniaki z koperkiem, Jajko w sosie chrzanowym (jajko, białko mleka) Surówka z marchewki i jabłka, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	99,2 kcal 107,0 kcal 90,0 kcal 50,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, szynka maślana, ogórek świeży, szczypiorek (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
ŚRODA 12.11.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką (białko mleka, gluten) Chleb mieszany z masłem, humus z suszonymi pomidorami, szczypiorek (białko mleka, gluten mąki pszennej, jajka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Gruszki.		
Obiad	Zupa ryżowa z wkladką z kurczaka, warzywami i zieloną pietruszką (seler) Naleśniki „Jaś i Małgosia” z serem białym, polane musem truskawkowym (białko mleka, gluten mąki pszennej) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 200g	134,2 kcal 107,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Stół szwedzki, chleb z masłem, wędlina, pomidor, ogórek, ser żółty, sałata zielona (białko mleka, gluten, białko sojowe, laktoza) Herbata owocowa.		
CZWARTEK 13.11.2025 r.			
Śniadanie	Chleb mieszany z masłem, serek biały z łososiem i szczypiorkiem (gluten z mąki pszennej, białko mleka, ryba) Kawa zbożowa z mlekiem, (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata malinowa,		
II śniadanie	Mandarynki,		
Obiad	Krupnik z warzywami, zieloną pietruszką, zabieleny śmietaną (seler, białko mleka, gluten) Ziemniaki z koperkiem, Schab duszony w sosie własnym z warzywami, Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłek Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	132 kcal 107,0 kcal 93,0 kcal 15,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Budyń waniliowy z żelką truskawkową (wyrób własny) (białko mleka) Chrupki kukurydziane, Herbata owocowa,		
PIĄTEK 14.11.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi i żurawiną (białko mleka, gluten) Chleb zakopiański z masłem, pasta jajeczna, szczypiorek, (białko mleka, gluten z mąki pszennej, jajka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Gruszki,		
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem, warzywami, natką pietruszki, zabieleną śmietaną (seler, białko mleka, gluten) Ziemniaki z koperkiem, Ryba dorsz panierowana (gluten z bulki tartej, ryba),	250g 150g 50g	95,0 kcal 272,0 kcal 25,0 kcal

	Buraczki czerwone na ciepło (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	50 g 200g	55,0 kcal
Podwieczorek	Buleczka grahamka z masłem, dżem morelowy (białko mleka, gluten) Herbata owocowa.		
PONIEDZIAŁEK 17.11.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką (białko mleka, gluten) Chleb pszenny z masłem, pasta z sera żółtego i jajek, szczypiorek, (białko mleka, gluten z mąki pszennej, ryba) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleny śmietaną (seler, gluten, białko mleka) Makaron z serem (gluten maki pszennej, białko mleka) Marchewka do chrupania, Kompot wieloowocowy.	250g 150 g 50 g 200g	131,0 kcal 286,0 kcal 26,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, szynka soltysówka, pomidor, szczypiorek (białko mleka, gluten maki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
WTOREK 18.11.2025 r.			
Śniadanie	Stół szwedzki, chleb mieszany z masłem, szynka maślana, jajko, mozzarella, ogórek, rzodkiewka, roszonek (białko mleka, gluten maki pszennej) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Gruszki,		
Obiad	Zupa brokułowa z kaszą, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (białko mleka, seler, gluten) Ziemniaki z koperkiem, Szyncełki wieprzowe, (gluten z bułki tartej) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, cebulki z jogurtem naturalnym (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	266,0 kcal 125,0 kcal 95,0 kcal 43,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Gruszka z serkiem waniliowym (białko mleka) Ciasteczka owsiane z żurawiną, (gluten) Herbata owocowa,		
ŚRODA 19.11.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (białko mleka) Weka z masłem, serek waniliowy (gluten maki pszennej, białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Banan,		
Obiad	Żurek z jajkiem i kiełbasa, zabieleny śmietaną, (białko mleka, jajka) Racuchy z cukrem pudrem (gluten maki pszennej, białko mleka) Jabłko, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 200g	169,0 kcal 200,0 kcal 25,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Stół szwedzki owocowy (jabłko, banany, gruszki, pomarańcze) Chrupki kukurydziane, Herbata owocowa,		
CZWARTEK 20.11.2025 r.			
Śniadanie	Chleb żytni z masłem, pasta z makreli wędzonej i jajek, szczypiorek (białko mleka, gluten maki pszennej) Kawa zbożowa z mlekiem (zboża zawierające gluten, białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Mandarynki.		
Obiad	Zupa z soczewicy z zacierką, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (białko mleka, seler, gluten) Kasza bulgur (gluten)	250g 150g	133,2 kcal 107,0 kcal

	Gulasz drobiowy, (białko mleka) Ogórek kiszony, Kompot wieloowocowy.	50g 50g 200g	55,0 kcal 50,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Biszkopt z cukrem pudrem (wypiek własny) (białko mleka, gluten mąki pszennej) Kisiel truskawkowy (wyrób własny), Herbata malinowa.		
PIĄTEK 21.11.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi i siemieniem lnianym (białko mleka) Chleb wiejski z masłem pasta z ciecierzycy i jajek, szczypiorek (białko mleka, gluten, jajko), Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłka		
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (seler, gluten) Placki ziemniaczane z jogurtem greckim i szczypiorkiem (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 200g	130,0 kcal 153,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Bułeczka maślana z masłem i powidłem śliwkowym (gluten mąki pszennej, białko mleka) Mandarynki, Herbata owocowa,		

Zupy w naszym przedszkolu są gotowane na pełnym bukietie 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.