

PONIEDZIAŁEK 15.09.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi z dodatkiem suszonej żurawiny (białko mleka, gluten) Weka z masłem, dżem truskawkowy (białko mleka, gluten mąki pszennej) Herbata malinowa.		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Zupa ryżowa na rosole z warzywami i zieloną pietruszką (seler) Ziemniaki z koperkiem, Kotleciki jajeczne, Sałata zielona z jogurtem naturalnym (białko mleka), Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	132,0 kcal 107,0 kcal 96,0 kcal 16,0 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.		
WTOREK 16.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb pszenny z masłem, humus z suszonymi pomidorami, szczypiorek (białko mleka, gluten z mąki pszennej), Kakao (białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
II śniadanie	Banan,		
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami, warzywami, zieloną pietruszką, zabelana śmietaną (seler, białko mleka, gluten) Spaghetti z sosem mięsno-pomidorowym (białko mleka, gluten), Jabłko Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 200g	80,70 kcal 195,0 kcal 25,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Budyń śmietankowy z musem truskawkowym(wyrób własny) (białko mleka , gluten), Biskopcy, Herbata owocowa.		
ŚRODA 17.09.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jaglaną (białko mleka, gluten), Chleb mieszany z masłem, pasta z sera żółtego i jajek, szczypiorek, (białko mleka, gluten mąki pszennej) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Nektarynki.		
Obiad	Krupnik na żeberkach z kaszą, warzywami, zieloną pietruszką, zabelany śmietaną (zboża zawierające gluten, seler, białko mleka) Racuchy z cukrem pudrem (gluten mąki pszennej, białko mleka), Kompot wieloowocowy.	250g 150g 200g	131,0 kcal 350,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, filet wędzony z indyka szczypiorek (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
CZWARTEK 18.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb z masłem, serek śmietankowy z rzodkiewką i szczypiorkiem (gluten z mąki pszennej, białko mleka) Kakao, (białko mleka), Herbata malinowa,		
II śniadanie	Arbuz.		
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką zabelana śmietaną (gluten, seler, białko mleka) Kasza bulgur (gluten), Gulasz drobiowy (białko mleka),	250g 150g 50g	134,20 kcal 125,0 kcal 61,0 kcal

	Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka, Kompot wieloowocowy.	50g 200g	17,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Legumina z musem malinowym (gluten, białko mleka) Chrupki kukurydziane, Herbata owocowa,		
PIĄTEK 19.09.2025 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	Zupa z ciecierzycy z zacierką, warzywami, natką pietruszki, zabelana śmietaną (seler, białko mleka, gluten), Ryż z koktajlem truskawkowym (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 200g	208,0 kcal 153,0kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Salatka owocowa (banan, jabłko, brzoskwinia, arbuz) Chrupki kukurydziane, Herbata owocowa.		
PONIEDZIAŁEK 22.09.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką (białko mleka, gluten) Chleb pszenny z masłem, pasta jajeczna, szczypiorek, (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Zupa brokułowa z kaszą, warzywami, zieloną pietruszką, zabelana śmietaną (seler, białko mleka, gluten) Pierogi z serem na słodko (gluten mąki pszennej, białko mleka), Surówka z marchewki i jogurtu naturalnego (białko mleka), Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 200g	99,3 kcal 272,0 kcal 21,0 kcal 55,0 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 23.09.2025 r.			
Śniadanie	Weka z masłem, serek waniliowy (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Kakao (białko mleka), Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Arbuz.		
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem, warzywami, zieloną pietruszką, zabelana śmietaną (białko mleka, seler) Ziemniaki z koperkiem, Sznycelki wieprzowe (gluten z bułki tartej), Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłka i jogurtu greckiego (białko mleka), Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	176,0 kcal 107,0 kcal 130,0 kcal 15,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Bułeczka grahamka z masłem i pomidorem, szczypiorek (białko mleka, gluten), Herbata owocowa,		
ŚRODA 24.09.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi z dodatkiem siemienia lnianego, (białko mleka, gluten z mąki pszennej) Chleb zakopiański z masłem, powidło śliwkowe (gluten mąki pszennej), Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Banan,		
Obiad	Zupa grysikowa na rosole z warzywami, zielona pietruszka, (gluten, seler),	250g	130,0 kcal

	Pizza z szynką, pieczarkami, kukurydzą, serem żółtym z dodatkiem ketchupu, szczypiorek (gluten mąki pszennej, białko mleka), Kompot wieloowocowy.	150g	342,0 kcal
		200g	55,0 kcal
Podwieczorek	Płatki kukurydziane z koktajlem truskawkowym (białko mleka), Chrupiące plasterki jabłek, Herbata owocowa,		
CZWARTEK 25.09.2025 r.			
Śniadanie	Chleb żytni z masłem, stół szwedzki (roszponka, pomidor, ogórek, wędlina, ser mozzarella, szczypiorek) (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy, jajko) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Arbuz.		
Obiad	Rosół z makaronem, zieloną pietruszką (seler, gluten), Ziemniaki z koperkiem, Kociołek mięsno-warzywny(białko mleka, gluten), Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 200g	142,0 kcal 107,0 kcal 68,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Jogurt owocowy (wyrób własny) (białko mleka), Chrupki kukurydziane, Herbata owocowa,		
PIĄTEK 26.09.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (białko mleka), Weka z masłem serek biały z ogórkiem i szczypiorkiem (białko mleka, gluten), Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko.		
Obiad	Zupa pieczarkowa z zacierką, warzywami, zieloną pietruszką, zabieleną śmietaną (białko mleka, seler, gluten) Ziemniaki z koperkiem, Kotleciki rybne (ryba, gluten z bułki tartej) Buraczki na ciepło, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	132,20 kcal 107,0 kcal 105,0 kcal 42,0 kcal 55,0 kcal
Podwieczorek	Szwedzki stół owocowy, (jabłko, banan, nektarynka, arbuz), Biszkopty (gluten mąki pszennej), Herbata owocowa,		

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

Miedzy posilkami 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.