

PONIEDZIAŁEK 08.12.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką (białko mleka, gluten) Chleb zakopiański z masłem, serek waniliowy (białko mleka, gluten mąki pszennej) Herbata malinowa.		
II śniadanie	Jabłka.		
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką (seler, gluten) Ziemniaki z koperkiem, Kotleciki jajeczna (jajka, gluten z bulki tartej) Marchewki mini z masłem, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	176,0 kcal 107,0 kcal 96,00 kcal 27,00 kcal 55,00 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 09.12.2025 r.			
Śniadanie	Chleb mieszany z masłem, sałatka z tuńczyka z jajkiem, kukurydzą i ogórkiem kiszonym, szczypiorek (białko mleka, jajka) Kawa zbożowa z mlekiem (zboża zawierające gluten, białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
II śniadanie	Banany.		
Obiad	Zupa grysikowa na rosole z warzywami i zieloną pietruszką (gluten, seler) Makaron durum (gluten z mąki pszennej) Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym (białko mleka) Surówka z selera z rodzynkami i jogurtem naturalnym (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	130,00 kcal 114,00 kcal 91,00 kcal 20,00 kcal 55,00 kcal
Podwieczorek	Budyń czekoladowy z bitą śmietaną (według własnej receptury) (białko mleka, gluten) Ciasteczko owsiane z jagodami, Herbata owocowa.		
ŚRODA 10.12.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi i siemieniem lnianym (białko mleka, gluten) Chleb mieszany z masłem, pasta jajeczna, szczypiorek (białko mleka, gluten mąki pszennej, jajka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Gruszki.		
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami, warzywami i zieloną pietruszką zabieleną śmietaną (seler, białko mleka, gluten) Ryż z koktajlem truskawkowym (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 200g	80,70 kcal 153,00 kcal 55,00 kcal
Podwieczorek	Stół szwedzki, chleb z masłem, szynka z indyka, rzodkiewka, ogórek, ser mozzarella, sałata zielona (białko mleka, gluten, laktoza, białko sojowe) Herbata owocowa.		
CZWARTEK 11.10.2025 r.			
Śniadanie	Chleb pszenny z masłem, humus z suszonymi pomidorami i szczypiorkiem (gluten z mąki pszennej, białko mleka) Kawa zbożowa z mlekiem, (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata malinowa,		
II śniadanie	Mandarynki,		
Obiad	Zupa krem dyniowa z warzywami, groszkiem ptysiowym i zieloną pietruszką (seler, białko mleka, gluten) Pierogi z mięsem (gluten)	250g 150g	266,00 kcal 257,00 kcal

	Jabłko, Kompot wieloowocowy.	50g 200g	25,00 kcal 55,00 kcal
Podwieczorek	Weka z masłem, dżem brzoskwiniowy (białko mleka, gluten) Mandarynki, Herbata owocowa,		
PIĄTEK 12.12.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi i żurawiną (białko mleka, gluten) Chleb zakopiański z masłem, pasta z sera żółtego i jajek, szczypiorek, (białko mleka, gluten z mąki pszennej, jajka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Pomarańcze.		
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem, warzywami, natką pietruszki, zabelana śmietaną (seler, białko mleka, gluten) Placki ziemniaczane z białym serem i szczypiorkiem (białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150g 200g	143,20 kcal 260,70 kcal 55,00 kcal
Podwieczorek	Placek „Marchewkowiec” (wypiek własny) (białko mleka, gluten) Herbata owocowa.		
PONIEDZIAŁEK 15.12.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z zacierką (białko mleka, gluten) Chleb pszenny z masłem, pasta z sera białego i łososia, szczypiorek, (białko mleka, gluten z mąki pszennej,) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłko,		
Obiad	Krupnik z warzywami i zieloną pietruszką, zabelany śmietaną (seler, gluten, białko mleka) Naleśniki „Jaś i Małgosia” z serem białym i musem truskawkowym (gluten, białko mleka) Kompot wieloowocowy.	250g 150 g 200g	131,00 kcal 297,00 kcal 55,00 kcal
Podwieczorek	Chleb graham z masłem, szynka soltysówka, pomidor, szczypiorek (białko mleka, gluten mąki pszennej, laktoza, białko sojowe, błonnik pszenicy) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
WTOREK 16.12.2025 r.			
Śniadanie	Chleb żytni z masłem i pomidorem, parówki z szynki 100% mięsa (gluten maki pszennej, białko sojowe, laktoza) Kawa zbożowa (białko mleka, zboża zawierające gluten) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Gruszki,		
Obiad	Zupa z soczewicy z zacierką, warzywami, zieloną pietruszką, zabelana śmietaną (białko mleka, seler, gluten) Kasza bulgur (gluten) Gulasz z indyka z warzywami (białko mleka) Ogórek kiszony, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	208,00 kcal 125,00 kcal 60,00 kcal 14,20 kcal 55,00 kcal
Podwieczorek	Stół szwedzki owocowy (jabłka, banany, pomarańcze, gruszki) Chrupki kukurydziane, Herbata owocowa,		
ŚRODA 17.12.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (białko mleka) Weka z masłem, dżem truskawkowy (gluten mąki pszennej, białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Banan,		
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką, zabelana śmietaną (seler, białko mleka, gluten) Leniwe pierogi z prażonymi płatkami migdałowymi (gluten mąki pszennej,	250g 150g	133,20 kcal 261,00 kcal

	białko mleka), Kompot wieloowocowy.	200g	55,00 kcal
Podwieczorek	Stół szwedzki, chleb zakopiański z masłem, szynka maślana, ser żółty, pomidory, ogórek kiszony, roszonek i szczypiorek Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim.		
CZWARTEK 18.12.2025 r.			
Śniadanie	Chleb żytni z masłem, pasta z boczku i jajek, szczypiorek (białko mleka, gluten mąki pszennej, ryba) Kawa zbożowa z mlekiem (zboża zawierające gluten, białko mleka) Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Mandarynki.		
Obiad	Zupa brokułowa z kaszą, warzywami, zielona pietruszką, zabieleną śmietaną (białko mleka, seler, gluten) Spaghetti z sosem bolognese i mięsem (gluten, białko mleka) Banany Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 200g	99,30 kcal 1950,0 kcal 48,50 kcal 55,00 kcal
Podwieczorek	Legumina z żelką malinową (białko mleka, gluten) Ciastka biszkoptowe, Herbata malinowa.		
PIĄTEK 19.12.2025 r.			
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi i siemieniem lnianym (białko mleka) Weka z masłem, serek śmietankowy z rzodkiewką, szczypiorek (białko mleka, gluten, jajko), Herbata z cytryną słodzona miodem pszczelim		
II śniadanie	Jabłka		
Obiad	Barszcz czerwony z uszkami i zieloną pietruszką, (seler, gluten) Ziemniaki z koperkiem, Filet z dorsza panierowany (gluten z bułki tartej) Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka, Kompot wieloowocowy.	250g 150g 50g 50g 200g	205,30 kcal 107,00 kcal 90,00 kcal 17,00 kcal 55,00 kcal
Podwieczorek	Płatki kukurydziane z koktajlem truskawkowym (białko mleka) Chrupiące plasterki jabłek o smaku korzenno-pomarańczowym, Herbata owocowa,		

Zupy w naszym przedszkolu są gotowane na pełnym bukcie 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.