|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 08.09.2025r. DO 12.09.2025r.** |  |
|  | **Poniedziałek****08.09.** | **ŚNIADANIE 8:30** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK****14:15** |  |
|  | **I DANIE- 11:00** | **II DANIE – 12:45** |  |
|  | **Pieczywo mieszane** (**pełnoziarnista mąka żytnia i pszenna**, woda, mąka gryczana, ekstrakt słodowy **jęczmienny,** błonnik gryczany, otręby kukurydziane, sól, zakwas **żytni**, substancje spulchniające: wodorowęglan sodu; **mąka pszenna i żytnia**, drożdże, **mak**, emulgator, lecytyny; możliwe śladowe ilości: **sezamu, soi, jaj**) **z masełkiem 82%** (**śmietanka** pasteryzowana), **pastą z makreli** (ryba wędzona makrela; masło 82%: **śmietanka** pasteryzowana; **jaja**; szczypior; cebula; sól; pieprz) **i pastą z fasoli czerwonej** (fasola czerwona, oliwa z oliwek, cebula, jabłko, olej rzepakowy)**, pomidorem, ogórkiem zielonymi szczypiorkiem****Rzodkiewka, jabłko****Do picia: płatki z mlekiem (mąka pszenna pełnoziarnista,** czekolada w proszku, cukier, kakao, **mąka pszenna**, mąka kukurydziana, syrop glukozowy, cukier, **ekstrakt słodowy jęczmienny,** olej słonecznikowy, substancje wzbogacające: wapń; lecytyny, sól, armaty naturalne, substancje wzbogacające – składniki mineralne: żelazo, witaminy: B3, B5, B2, B6, B1, B9, D, **mleko z laktozą), herbata z cytryną i z miodem** | **Warzywna z ryżem** (woda, marchew, pietruszka, por, **seler**, kalafior, brukselka, pieprz, sól, ryż) | **Jajecznica** (**jaja**, sól, piperz) **na masełku 82%** (**śmietanka** pasteryzowana) **ZiemniakiSurówka z pora parzonego, marchewki i jabłka** (por, marchew, jabłko, jogurt naturalny: **mleko** pasteryzowane, białka **mleka**, żywe kultury bakterii; sok z cytryny, sól, pierz)**Do picia: herbatka truskawkowo-poziomkowa** (owoc truskawki 55%, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat, liść jeżyny, owoc poziomki 0,5%)**, woda mineralna** | **Mix owocowy** (banan, arbuz, jabłko, gruszka, truskawka) **Jogurt pitny naturalny (mleko** pasteryzowane, białka **mleka,** żywe kultury bakterii jogurtowych) |  |
|  | **Wtorek****09.09.** | **Pieczywo mieszane** (**pełnoziarnista mąka żytnia i pszenna**, woda, mąka gryczana, ekstrakt słodowy **jęczmienny,** błonnik gryczany, otręby kukurydziane, sól, zakwas **żytni**, substancje spulchniające: wodorowęglan sodu; **mąka pszenna i żytnia**, drożdże, **mak**, emulgator, lecytyny; możliwe śladowe ilości: **sezamu, soi, jaj**) **z masełkiem 82%** (**śmietanka** pasteryzowana), **twarożkiem na słodko** (**ser biały: mleko** pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej; śmietana: **śmietanka,** stabilizator E339 E407, cukier), **kiełbasą krakowską** (mięso wieprzowe 92,4, woda, sól, białko sojowe, stabilizator: trifosforany; wzmacniacze smaku: glutaminian monosodowy; glukoza, ekstrakty przypraw, aromaty, białko wieprzowe, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, substancja konserwująca: azotyn sodu; możliwe śladowe ilości: **glutenu, gorczycy, dwutlenku siarki, mleka z laktozą, selera), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonymPapryka czerwona, gruszka****Do picia: kakao** (**mleko z laktozą,** kakao)**, herbata z imbirem** | **Biały barszcz** (woda, **seler**, marchew, pietruszka, zakwas na barszcz – wyrób gotowy: woda, mąka pszenna typ 1850, czosnek, sól, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz czarny; **śmietana:** **śmietanka,** stabilizator E339 E407; sól, pieprz, majeranek) **z makaronem (mąka pszenna, jajka**, woda**)** | **Gotowany pulpet drobiowyz marchewką** (filet z kurczaka, **jajka,** cebula, sól, pieprz, zioła prowansalskie, marchew, bułka tarta: **mąka pszenna,** sól, drożdże; bulion warzywny: woda, marchew, pietruszka, sól) **ziemniaki, surówka mieszanaz koperkiem** (kapusta pekińska, rzodkiewka, ogórek zielony, czerwona papryka, koperek) **Do picia: woda mineralnaz cytryną, kompot wiśniowy** (woda, wiśnie z pestką, cukier) | **Babka olejowa kakaowa** (wyrób własny: **jaja**, cukier, **mąka pszenna**, mąka ziemniaczana, proszek do pieczenia, kakao: olej rzepakowy, woda)**Śliwka****Do picia: kawa inka z mlekiem (mleko z laktozą)** |  |
|  | **Środa****10.09.** | **Pieczywo mieszane** (**pełnoziarnista mąka żytnia i pszenna**, woda, mąka gryczana, ekstrakt słodowy **jęczmienny,** błonnik gryczany, otręby kukurydziane, sól, zakwas **żytni**, substancje spulchniające: wodorowęglan sodu; **mąka pszenna i żytnia**, drożdże, **mak**, emulgator, lecytyny; możliwe śladowe ilości: **sezamu, soi, jaj**) **z masełkiem 82%** (**śmietanka** pasteryzowana), **serem żółtym** (**mleko,** sól, stabilizator: chlorek wapnia; kultury bakterii, barwnik: annato)**i polędwicą z indyka** (mięso z indyka 97%, pozostałe 3%: zioła i przyprawy substancja konserwujące – sól kamienna), **sałatą, pomidoremi ogórek kwaszony, miód****Kalarepa, jabłko****Do picia: mleko (mleko z laktozą), herbata z cytryną** | **Rosolnik z kaszą manną** (woda, porcja rosołowa, marchew, pietruszka, **seler**, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki, kasza manna otrzymana z ziarna **pszenicy** 100%) | **Gulasz wieprzowy w sosie własnym** (szynka b/k, olej rzepakowy, cebula; wywar warzywny: woda, marchew, pietruszka, por, seler, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek; **mąka pszenna**)**ZiemniakiSałatka warzywna** (pomidor, ogórek zielony, cebula, sól, pieprz)**Do picia: sok naturalny 100%** (sok pomarańczowy 100% z zagęszczanego soku), **woda mineralna** | **Deser jogurtowy (**wyrób własny: **jogurt naturalny typu greckiego:** **mleko, śmietanka, mleko** w proszku, żywe kultury bakterii jogurtowych; miód) **z malinami****Andruty** (**mąka pszenna,** olej rzepakowym, cukier, woda) |  |
|  | **Czwartek****11.09.** | **Pieczywo wieloziarniste** (**mąka ps**z**enna 45,2%, naturalny zakwas żytni 27,4%: mąka żytnia 17,1 %,** woda; woda, siemię lniane5,4%, drożdże, nasiona słonecznika 1,9%, sól, **gluten pszenny**, otrębu pszenne, cukier, **mąka pszenna** wstępnie skleikowana, nasiona sezamu 0,4%, proso 0,4%, mąka ze składu pszennego, środki do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy)**z masełkiem 82%** (**śmietanka** pasteryzowana), **szynką swojską** (szynka 78%, woda, solanka: białkowo **sojowe**, stabilizator E451, glukoza, kolagenowe białko wieprzowe, substancje zagęszczające E407 E415, błonnik owsiany, cukier, przeciwutleniacze E316, wzmacniacze smaku E621 E635, hydrolizat białka sojowego, aromaty, przyprawy i ekstrakty przypraw, sól peklująca, barwnik: białko) **i serem wędzonym** (**mleko** pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji kwasu mlekowego),**sałatą, pomidorem,ogórkiem****Rzodkiewka, gruszka****Do picia: herbata z cytryną słodzona miodem, kakao** (kakao, **mleko z laktozą**) | **Kapuśniak z ziemniakami** (woda, porcja rosołowa, marchew, pietruszka, por, **seler**, kapusta kwaszona, ziemniaki, cebula, pieprz, ziele angielskie) | **Pierogi leniwe z cynamonem** ( **ser biały**: **mleko** pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowe; **jaja, mąka pszenna,** masło 82%: **śmietanka** pasteryzowana; cynamon)**Surówka z marchwi****Do pica: kompot jabłkowy** (woda, cukier, jabłka), **woda mineralna** | **Rogalik z wiśniami drążonymi** (wyrób własny: **mąka pszenna, jaja, mleko**, drożdże, cukier, wiśnie drążone)**Arbuz,****Do picia:** **shake bananowy** (banan, **mleko z laktozą, jogurt naturalny)** |  |
| **Piątek****12.09.** | **Bułka pszenna** (**mąka pszenna typu 500**, woda, drożdże, sól, cukier, olej rzepakowy jadalny)**z masełkiem 82%** (**śmietanka** pasteryzowana), **jajkiem** (**jaja**) **i pastą warzywną** (ciecierzyca, marchew, czosnek, oliwa z oliwek) **pomidorem, ogórkiem zielony, szczypiorkiem****Papryka kolorowa, jabłko****Do picia: płatki z mlekiem (mąka pszenna pełnoziarnista,** czekolada w proszku, cukier, kakao, **mąka pszenna**, mąka kukurydziana, syrop glukozowy, cukier, **ekstrakt słodowy jęczmienny,** olej słonecznikowy, substancje wzbogacające: wapń; lecytyny, sól, armaty naturalne, substancje wzbogacające – składniki mineralne: żelazo, witaminy: B3, B5, B2, B6, B1, B9, D; **mleko z laktozą** ), **herbata z imbirem i miodem** | **Koperkowa** (woda, porcja rosołowa, marchew, pietruszka, por, **seler**, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, koper)**z makaronem (mąka pszenna, jajka**, woda**)** | **Ryba pieczona** (**ryba miruna**, sól, pieprz, czosnek, sok z cytryny, masło 82%: **śmietanka** pasteryzowana), **ziemniaki, surówkaz kapusty kwaszonej** (kapusta kwaszona, marchew)**Do picia: herbatka poziomkowa** (wyrób gotowy: owoc poziomki 55%, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, aromat naturalny, liść jeżyny, owoc poziomki 0,5%; woda), **woda mineralna** | **Jogurt naturalny** (**mleko** pasteryzowane, białka **mleka**, żywe kultury bakterii, żurawina) **z żurawiną****Pałki kukurydziane** (kasza kukurydziana) |

**Przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.**

**Woda do picia jest dostępna w salach przez cały dzień.**