

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 03.11.2025r. DO 07.11.2025r.

	ŚNIADANIE 8:30	OBIAD		PODWIECZOREK 14:00
		I DANIE- 11:00	II DANIE - 12:30	
Poniedziałek	Pieczywo mieszane (<u>pełnoziarnista mąka żytnia i pszenna</u>, woda, mąka gryczana, ekstrakt słodowy <u>jęczmienny</u>, błonnik gryczany, otręby kukurydziane, sól, zakwas <u>żytni</u>, substancje spulchniające: wodorowęglan sodu; <u>mąka pszenna i żytnia</u>, drożdże, <u>mak</u>, emulgator, lecytyny; możliwe śladowe ilości: <u>sezamu, soi, jaj</u>) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), tuńczykiem (kawałki <u>tuńczyka</u> 49%, strzępy mięsa <u>tuńczyka</u> 21%, olej słonecznikowy 29%, sól) i serkiem Almette (<u>ser</u> twarogowy, białka <u>mleka</u>, sól), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym,szczypiorkiem Marchew,mandarynka Do picia: płatki z mlekiem (<u>mąka pszenna pełnoziarnista</u>, czekolada w proszku, cukier, kakao, <u>mąka pszenna</u>, mąka kukurydziana, syrop glukozowy, cukier, <u>ekstrakt słodowy jęczmienny</u>, olej słonecznikowy, substancje wzbogacające: wapń; lecytyny, sól, armaty naturalne, substancje wzbogacające – składniki mineralne: żelazo, witaminy: B3, B5, B2, B6, B1, B9, D, <u>mleko z laktozą</u>), herbata z cytryną	Kapuśniak z ziemniakami (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, kapusta kwaszona, ziemniaki, cebula, pieprz, ziele angielskie)	Naleśniki (<u>mąka pszenna, mleko z laktozą, jaja</u>, cukier, olej rzepakowy) z serem białym (twaróg półtłusty: <u>mleko</u>, kultury bakterii mlekowych) i sosem waniliowym (śmietana 30%, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana; cukier waniliowy) Surówka z marchewki i jabłka (marchew, jabłko) Do picia: napar z rumianku (wyrób gotowy: rumianek 100%; woda), woda mineralna	Kefir malinowy (<u>mleko</u> pasteryzowane; wsad malinowy: cukier, sok malinowy z zagęszczanego soku; woda; skrobia; koncentrat soku z czarnej marchwi; substancja zagęszczająca; aromat naturalny; białka <u>mleka</u>; żywe kultury bakterii) Banan Chrupki kukurydziane (kasza kukurydziana, olej rzepakowy, sól) w polewie czekoladowo-mlecznej (cukier, utwardz. tłuszcz roślinny: palmowy CBS, kakao alkalizowane, kakao naturalne, emulgator-lecytyny z soi E22, aromat masła kakaowego, wanilia, aromat czekolady i mleka skondensowanego)
03.11.				
Wtorek	Pieczywo mieszane (<u>pełnoziarnista mąka żytnia i pszenna</u>, woda, mąka gryczana, ekstrakt słodowy <u>jęczmienny</u>, błonnik gryczany, otręby kukurydziane, sól, zakwas <u>żytni</u>, substancje spulchniające: wodorowęglan sodu; <u>mąka pszenna i żytnia</u>, drożdże, <u>mak</u>, emulgator, lecytyny; możliwe śladowe ilości: <u>sezamu, soi, jaj</u>) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), szynką wędzoną (szynka wieprzowa 78%, woda, sól, stabilizator E451; substancja zagęszczająca E407; białko wieprzowe kolagenowe, wzmacniacz smaku E621; przeciwutleniacze E301, E331, E330; substancja konserwująca E250; możliwe śladowe ilości:: <u>glutenu, mleka z laktozą, soje, gorczycy, seleru, sezamu</u>), serem żółtym (mleko, sól, stabilizator – chlorek wapnia, barwnik annato, kultury bakterii), sałatą, pomidorem i ogórkiem zielonym Kalarepa, gruszka Do picia: kakao (<u>mleko z laktozą</u>, kakao), herbata z cytryną słodzona miodem	Selerowa (woda, porcja rosółowa, por, <u>seler</u>, marchew, pietruszka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) z makaronem (<u>mąka pszenna, jajka</u>, woda)	Pieczony schab (schab b/k; czosnek; sól; majeranek; pieprz ziołowy i czarny; oliwa z oliwek) w sosie pieczeniowym (wywar z pieczonego schabu, woda, mąka ziemniaczana) Ziemniaki Fasolka szparagowa Do picia: kompot wiśniowy (woda, wiśnie ,cukier), woda mineralna	Ciasto biszkoptowe (wyrób własny: <u>mąka pszenna, jaja</u>, cukier, proszek do pieczenia) z galaretką (wyrób gotowy: cukier, żelatyna, regulator kwasowości: kwas cytrynowy; aromat, ekstrakt z czerwonej rzodkiewki, proszek truskawkowy 0,1%, ekstrakt z krokosza barwierskiego) i borówką Do picia: koktajl mleczny bananowy (wyrób własny: <u>mleko z laktozą</u>, banan)
04.11.				

Środa 05.11.	Pieczywo mieszane (<u>pełnoziarnista mąka żytnia i pszenna</u>, woda, mąka gryczana, ekstrakt słodowy jęczmienny, błonnik gryczany, otręby kukurydziane, sól, zakwas <u>żytni</u>, substancje spulchniające: wodorowęglan sodu; <u>mąka pszenna i żytnia</u>, drożdże, <u>mak</u>, emulgator, lecytyny; możliwe śladowe ilości: <u>sezamu, soi, jaj</u>) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), pastą twarogową ze szczypiorkiem (ser biały: <u>mleko</u> pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej; śmietana: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407, sól, pieprz, szczypior), dżemem 100% owoców porzeczkowym (czarna porzeczka, zagęszczony sok jabłkowy, zagęszczony sok cytrynowy, substancje żelujące-pektyny) Papryka czerwona, jabłko Do picia: kawa inka (kawa inka: zboża 78% jęczmień, żyto, cykoria; <u>mleko z laktozą</u>), herbata z imbirem i miodem	Brokułowa z ziemniakami (woda, porcja rosółowa, cebula, pietruszka, por, seler, marchew, brokuł, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, śmietana: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407)	Indyk gotowany (filet z indyka, czosnek, woda, marchew, pietruszka, por, seler, cebula, oliwa z oliwek, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól, pieprz) w sosie śmietankowym (śmietana: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407; <u>mąka pszenna</u>, mąk ziemniaczana, koperek) Makaron pełnoziarnisty (<u>mąka pszenna</u> pełnoziarnista, woda) Surówka mix салат (sałata rzymska, sałata masłowa, rukola, ogórek zielony, pomidor, papryka, marchew, oliwa z oliwe, sól, pieprz, sok z cytryny) Do picia: kompot gruszkowy (woda, cukier, gruszki), woda mineralna	Bułka pszenna <u>mąka pszenna typu 500</u>, woda, drożdże, sól, cukier, olej rzepakowy jadalny) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana) szynką wędzoną (szynka wieprzowa 78%, woda, sól, stabilizator E451; substancja zagęszczająca E407; białko wieprzowe kolagenowe, wzmacniacz smaku E621; przeciwutleniacze E301, E331, E330; substancja konserwująca E250; możliwe śladowe ilości:: <u>glutenu, mleka z laktozą, soję, gorczycy, seleru, sezamu</u>), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym i rzodkiewką Arbuz Do picia: mleko (<u>mleko z laktozą</u>), herbatka malinowa (hibiskus, jabłko, owoc dzikiej róży, skórka pomarańczowy, aromat malinowy, owoc czarnego bzu, malina 55%)
Czwartek 06.11.	Pieczywo mieszane (<u>pełnoziarnista mąka żytnia i pszenna</u>, woda, mąka gryczana, ekstrakt słodowy jęczmienny, błonnik gryczany, otręby kukurydziane, sól, zakwas <u>żytni</u>, substancje spulchniające: wodorowęglan sodu; <u>mąka pszenna i żytnia</u>, drożdże, <u>mak</u>, emulgator, lecytyny; możliwe śladowe ilości: <u>sezamu, soi, jaj</u>) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), pastą jajeczną (<u>jaja</u>, szczypior, jogurt naturalny: <u>mleko</u> pasteryzowane, białka <u>mleka</u>, żywe kultury bakterii; i serkiem capri (serwatka z <u>mleka</u>, <u>mleko</u> pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym, rzodkiewką Marchew, jabłko Do picia: mleko (<u>mleko z laktozą</u>), herbata z imbirem i miodem	Zacierkowa na wywarze warzywnym (woda, marchew, pietruszka, por, seler, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, cebula, koperek, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana, <u>mak pszenna, jaja</u>) z ziemniakami	Klopsik gotowany (szynka b/k, <u>jaja</u>, cebula, sól, pieprz, bułka tarta: <u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże; bulion warzywny: woda, marchew, pietruszka, sól) w sosie koperkowym (masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana, czosnek, sok z cytryny, <u>mąka pszenna</u>, <u>śmietana: śmietanka</u>, stabilizator E339 E407; koperek) Kasza kus kus Buraczki na ciepło Do picia: nektar pomarańczowy (sok pomarańczowy 100% z zagęszczanego soku), woda mineralna	Babeczka (mąka pszenna, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana; cukier, puder, żółtka) Z masą budyniową (żółtka, mleko, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana) i owocami (maliny, borówki) Do picia: kakao (<u>mleko z laktozą</u>, kakao), herbata z cytryną

Piątek 07.11.	Pieczywo wieloziarniste (<u>mąka pszenna 45,2%, naturalny zakwas żytni 27,4%: mąka żytnia 17,1%, woda; woda, siemię lniane5,4%, drożdże, nasiona słonecznika 1,9%, sól, <u>gluten pszenny</u>, otrębu pszenne, cukier, <u>mąka pszenna</u> wstępnie skleikowana, nasiona sezamu 0,4%, proso 0,4%, mąka ze składu pszennego, środki do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy) Z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), pieczonym schabem (mięso wieprzowe schab, sól peklowana, przyprawy; możliwe śladowe ilości: <u>glutenu, jaj, mleka, seler, soję, orzechów, sezamu</u>) i serem wędzonym (<u>mleko</u> pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji kwasu mlekowego), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym, szczypiorkiem Pomidorki koktajlowe, gruszka Do picia: płatki z mlekiem (<u>mąka pszenna pełnoziarnista</u>, czekolada w proszku, cukier, kakao, <u>mąka pszenna</u>, mąka kukurydziana, syrop glukozowy, cukier, <u>ekstrakt słodowy jęczmienny</u>, olej słonecznikowy, substancje wzbogacające: wapń; lecytyny, sól, armaty naturalne, substancje wzbogacające – składniki mineralne: żelazo, witaminy: B3, B5, B2, B6, B1, B9, D, <u>mleko z laktozą</u>), herbata z cytryną</u>	Marchwianka z ryżem (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, seler, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, koperek, ryż)	Ryba smażona (ryba miruna, sól, pieprz, jajka, bułka tarta: <u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże; olej rzepakowy) Ziemniaki Surówka z kapusty kwaszonej (kapusta kwaszona, marchew, jabłko, cukier, pieprz) Do picia: melisa (woda, suszone i rozdrobniony liść melisy), woda mineralna	Jogurt owocowy (<u>jogurt</u>, truskawki 15%, insulina, koncentrat z soku z buraków czerwonych, aromaty) Mandarynka Ciasteczko bakaliowe (wyrób gotowy: masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana; miód, <u>jaja</u>, <u>mąka pszenna</u>, proszek do pieczenia, rodzynki, żurawina, słonecznik, <u>sezam</u>)
-----------------------------	---	---	--	--

**Przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
Woda do picia jest dostępna w salach przez cały dzień.**