

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 05.01.2026r. DO 09.01.2026r.					
	ŚNIADANIE 8:30	OBIAD		PODWIECZOREK 14:00	
		I DANIE- 11:00	II DANIE - 12:30		
Poniedziałek 05.01.	Pieczywo mieszane (<u>pełnoziarnista mąka żytnia i pszenna</u> , woda, mąka gryczana, ekstrakt słodowy jęczmienny, błonnik gryczany, otręby kukurydziane, sól, zakwas żytni, 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 z makreli (ryba wędzona makrela; masło 82%; <u>śmietanka</u> pasteryzowana; <u>jaja</u> ; szczypior; cebula; sól; pieprz) i pastą warzywną (ciecierzyca, marchew, czosnek, oliwa z oliwek), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym, rzodkiewką, szczypiorkiem Marchew, jabłko 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 i z miodem	Żurek (wyrób gotowy: woda, mąka <u>żytnia</u> , świeżo zmielony czosnek; woda, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy) z kielbaską sokołowską (mięso wieprzowe 77%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, glukoza, stabilizatory: trifostorany; cukier, aromaty, przyprawy, osłonka jadalna- jelito wieprzowe; możliwe śladowe ilości:: <u>selera, gorczycy, soi, mleko z laktozą</u>)	Placki ziemniaczane (<u>mąka pszenna, jaja</u> , ziemniaki, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy) Jogurt naturalny (<u>mleko</u> pasteryzowane, białka <u>mleka</u> , żywe kultury bakterii) Do picia: herbatka malinowa (hibiskus, jabłko, owoc dzikiej róży, skórka pomarańczy, aromat malinowy, owoc czarnego bzu, malina 55%), woda mineralna	Pieczywo chrupkie (wyrób gotowy: <u>mąka żytnia</u> , kaszka kukurydziana, <u>23% pełnoziarnista mąka pszenna orkiszowa, błonnik pszenney, 5% otręby owsiane</u> , woda, mąka ryżowa, ekstrakt słodowy <u>jęczmienny</u> , 2% insulina, sól, substancje spulchniające: wodorowęglan sodu) z maselkiem (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), miodem, powidlą (śliwki węgierskie, cukier) Banan Do picia: kawa inka z mlekiem (<u>mleko z laktozą</u>), napar miętowy (wyrób gotowy: ziele mięty pieprzowej 100%; woda)	
Wtorek 06.01.	DZIEŃ WOLNY				

Środa 07.01.	Bulka pszenna (<u>mąka pszenna typu 500</u>, woda, drożdże, sól, cukier, olej rzepakowy jadalny) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), jajkiem (jaja), serem żółtym (mleko), sól, stabilizator: chlorek wapnia; kultury bakterii, barwnik: annato), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym, rzodkiewką Papryka czerwona, 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 wzbogające: wapń; lecytyny, sól, armaty naturalne, substancje wzbogające – składniki mineralne: żelazo, witaminy: B3, B5, B2, B6, B1, B9, D; <u>mleko z laktozą</u>), herbata z imbirem i miodem	Fasolowa z ziemniakami (woda, fasola biała, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, czosnek, ziemniaki)	Makaron pełnoziarnisty (mąka pełnoziarnista z <u>pszenicy</u> durum) ze szpinakiem i serem białym (szpinak, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana; czosnek, sok z cyryny, śmietana 30%: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407; ser biały: <u>mleko</u> pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej; sól, pieprz) Marchewka i kalarepa do zgrzyzu Do picia: sok naturalny 100% (sok pomarańczowy 100% z zagęszczanego soku), woda mineralna	Gofry biszkoptowe (wyrób własny: <u>mąka pszenna, jaja, mleko z laktozą</u>, proszek d/p, cukier) z dżemem wiśniowym (wiśnie - 100 g wiśni zużyto na 100 g produktu, cukry pochodzące z owoców, substancja żelująca - pektyny) i cukrem pudrem Mandarynka Do picia: kakao (kakao, <u>mleko z laktozą</u>), herbata z cytryną
Czwartek 08.01.	Pieczywo wieloziarniste (<u>mąka pszenna 45,2%, naturalny zakwas żytni 27,4%: mąka żytnia 17,1 %</u>, 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), 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>), serkiem Almette (<u>ser</u> twarogowy, białka <u>mleka</u>, sól), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym Rzodkiewka, jabłko Do picia: herbata z imbirem i miodem, mleko <u>mleko</u>	Rosół (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy) z makaronem (<u>mąka pszenna, jajka</u>, woda)	Pieczeń rzymska (łopatka b/k, <u>jaja</u>, czosnek, cebula, sól, pieprz, majeranek) Ziemniaki Kalafior z bułką tartą (kalafior, bułka tarta: <u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże) Do picia: kompot wiśniowy (woda, wiśnie z pestką, cukier), woda mineralna	Ciasto z kaszą manną (wyrób własny: kasza manna otrzymana z ziarna <u>pszenicy</u>100%, jogurt naturalny: <u>mleko</u> pasteryzowane, białka <u>mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych, <u>mąka pszenna, jaja</u>, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana, cukier, cukier waniliowy, kakao, proszek do pieczenia; możliwe śladowe ilości: <u>glutenu, jaj, mleka z laktozą, soję, orzechów, sezamu</u>) Kiwi Do picia: koktajl mleczny (<u>mleko z laktozą</u>, banan)

Piątek 09.01.	Bulka pszenna (<u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), pastą z soczewicy (soczewica, suszone pomidory, pomidory, sok z cytryny, oliwa z oliwek, przyprawy) i schabem gotowanym (mięso wieprzowe schab, sól peklowana, przyprawy; możliwe śladowe ilości: <u>glutenu, jaj, mleka, seler, soję, orzechów, sezamu</u>), pomidorem i ogórkiem zielonym, dżem 100% owoców (truskawki, zagęszczony sok jabłkowy, zagęszczony sok cytrynowy, substancje żelujące- pektyny) Kalarepa, gruszka Do picia: kawa inka z mlekiem (<u>mleko z laktozą</u>), herbata z cytryną i imbirem	Krem brokułowy (woda, marchew, pietruszka, por, seler, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, brokuł, cebula, czosnek, ziemniaki, serek topiony) z grzanką (chleb pszenny, oliwa z oliwek, czosnek, tymianek, słodka papryka, pieprz, sól	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, olej rzepakowy, cukier, pieprz, koperek) 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 owocowy (jogurt, truskawki 15%, insulina, koncentrat z soku z buraków czerwonych, aromaty) Talarki ryżowe z pestkami dyni (ryż brązowy 60%, mąka ryżowa 33,5%, pestki dyni 5,5%, sól kłodawska1%) Mandarynka
-----------------------------	--	---	---	---

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