

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 08.09.2025r. DO 12.09.2025r.

	ŚNIADANIE 8:30	OBIAD		PODWIECZOREK 14:15
		I DANIE- 11:00	II DANIE - 12:45	
Poniedziałek 08.09.	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), pastą z makreli (ryba wędzona makrela; masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana; <u>jaja</u>; szczypior; cebula; sól; pieprz) i pastą z fasoli czerwonej (fasola czerwona, oliwa z oliwek, cebula, jabłko, olej rzepakowy), pomidorem, ogórkiem zielonym i szczypiorkiem Rzodkiewka, 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	Warzywna z ryżem (woda, <u>seler</u>, kalafior, brukselka, pieprz, sól, ryż)	Jajecznica (<u>jaja</u>, sól, piperz) na maselku 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana) Ziemniaki Surówka z pora parzonego, marchewki i jabłka (por, marchew, jabłko, jogurt naturalny: <u>mleko</u> pasteryzowane, białka <u>mleka</u>, 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 (<u>mleko</u> pasteryzowane, białka <u>mleka</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych)
Wtorek 09.09.	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), twarożkiem na słodko (ser biały: <u>mleko</u> pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej; śmietana: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407, cukier), kielbasą 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: <u>glutenu, gorczycy, dwutlenku siarki, mleka z laktozą, seler</u>), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym	Biały barszcz (woda, <u>seler</u>, marchew, pietruszka, zakwas na barszcz – wyrób gotowy: woda, mąka pszenna typ 1850, czosnek, sól, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz czarny; <u>śmietana: śmietanka</u>, stabilizator E339 E407; sól, pieprz, majeranek) z makaronem (<u>mąka pszenna, jajka</u>, woda)	Gotowany pulpet drobiowy z marchewką (filet z kurczaka, <u>jajka</u>, cebula, sól, pieprz, zioła prowansalskie, marchew, bułka tarta: <u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże; bulion warzywny: woda, marchew, pietruszka, sól) ziemniaki, surówka mieszana z koperkiem (kapusta pekińska, rzodkiewka, ogórek zielony, czerwona papryka, koperek) Do picia: woda mineralna z cytryną, kompot wiśniowy (woda, wiśnie z pestką, cukier)	Babka olejowa kakaowa (wyrób własny: <u>jaja</u>, cukier, <u>mąka pszenna</u>, mąka ziemniaczana, proszek do pieczenia, kakao: olej rzepakowy, woda) Śliwka Do picia: kawa inka z mlekiem (<u>mleko z laktozą</u>)

	Papryka czerwona, gruszka Do picia: kakao (<u>mleko z laktozą</u>, kakao), herbata z imbirem			
Środa 10.09.	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), serem żółtym (<u>mleko</u>, 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, pomidorem i ogórek kwaszony, miód Kalarepa, jabłko Do picia: mleko (<u>mleko z laktozą</u>), herbata z cytryną	Rosolnik z kaszą manną (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki, kasza manna otrzymana z ziarna <u>pszenicy</u> 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; <u>mąka pszenna</u>) Ziemniaki Salatka warzywna (pomidor, ogórek zielony, cebula, sól, pieprz) Do picia: sok naturalny 100% (sok pomarańczowy 100% z zagęszczanego soku), woda mineralna	Deser jogurtowy (wyrób własny: <u>jogurt naturalny typu greckiego: mleko, śmietanka, mleko</u> w proszku, żywe kultury bakterii jogurtowych; miód) z malinami Andruty (<u>mąka pszenna</u>, olej rzepakowym, cukier, woda)

Czwartek 11.09.	Pieczywo wieloziarniste (<u>mąka pszenna 45,2%, naturalny zakwas żytni 27,4%: mąka żytnia 17,1 %</u>, woda; woda, siemię lniane 5,4%, 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 swojską (szynka 78%, woda, solanka: białkowo <u>sojowe</u>, 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 (<u>mleko</u> pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji kwasu mlekowego), sałatą, pomidorem, ogórkiem Rzodkiewka, gruszka Do picia: herbata z cytryną słodzona miodem, kakao (kakao, <u>mleko z laktozą</u>)	Kapuśniak z ziemniakami (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, kapusta kwaszona, ziemniaki, cebula, pieprz, ziele angielskie)	Pierogi leniwe z cynamonem (<u>ser biały</u>: <u>mleko</u> pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej; <u>jaja</u>, <u>mąka pszenna</u>, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana; cynamon) Surówka z marchwi Do picia: kompot jabłkowy (woda, cukier, jabłka), woda mineralna	Rogalik z wiśniami drażnionymi (wyrób własny: <u>mąka pszenna</u>, <u>jaja</u>, <u>mleko</u>, drożdże, cukier, wiśnie drażnione) Arbuz, Do picia: shake bananowy (banan, <u>mleko z laktozą</u>, <u>jogurt naturalny</u>)
Piątek 12.09.	Bulka pszenna (<u>mąka pszenna typu 500</u>, woda, drożdże, sól, cukier, olej rzepakowy jadalny) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), jajkiem (jaja) i pastą warzywną (ciecierzyca, marchew, czosnek, oliwa z oliwek) pomidorem, ogórkiem zielonym, szczypiorkiem Papryka kolorowa, 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 imbirem i miodem	Koperkowa (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, koper) z makaronem (<u>mąka pszenna</u>, <u>jajka</u>, woda)	Ryba pieczona (<u>ryba miruna</u>, sól, pieprz, czosnek, sok z cytryny, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana), ziemniaki, surówka z 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 (<u>mleko</u> pasteryzowane, białka <u>mleka</u>, żywe kultury bakterii, żurawina) z żurawiną Palki kukurydziane (kasza kukurydziana)

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