

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 12.01.2026 r. DO 16.01.2026 r.

[illegible]

Środa 14.01.	Bulka graham (mąka pszenna graham TYP 1850, mąka pszenna TYP 500, mieszanka ziaren: słonecznik, siemie lniane, płatki owsiane; drożdże, sól, olej jadalny) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), z pastą rybną (wyrób własny: <u>tuńczyk</u>: kawałki <u>tuńczyka</u> 49%, strzępy mięsa <u>tuńczyka</u> 21%, olej słonecznikowy 29%, sól; <u>śmietana</u> 18%: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407; czosnek, sok z cytryny, szczypior, przyprawy) i serem capri (serwatka z <u>mleka</u>, <u>mleko</u> pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), sałatą, pomidorem, ogórkiem kwaszonym, szczypiorem Kalarepa,Mandarynka Do picia: zacierki (mąka pszenna, woda, jaja) z mlekiem (<u>mleko z laktozą</u>), herbata z cytryną i imbirem	Selerowa (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy) z makaronem (<u>mąka pszenna</u>, jajka, woda)	Nuggetsy (filet z kurczaka, sól, pieprz, <u>jaja</u>, bułka tarta: <u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże; olej rzepakowy) Ziemniaki Salata lodowa (sałata lodowa, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony, przyprawa) 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	Pieczywo mieszane (<u>mąka pszenna</u> 45,2%, naturalny zakwas żytni 27,4%: <u>mąka żytnia</u> 17,1 %, woda; woda, siemie lniane5,4%, drożdże, nasiona słonecznika 1,9%, sól, <u>gluten pszenny</u>, 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 maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), polędwica z indyka (mięso z indyka 97%, pozostałe 3%: ziola i przyprawy substancja konserwujące – sól kamienna), sałata, pomidor, ogórek zielony, rzodkiewka Banan Do picia: kakao (<u>mleko z laktozą</u>, kakao) herbatka malinowa (hibiskus, jabłko, owoc dzikiej róży, własny skórka pomarańczy, aromat malinowy, owoc czarnego bzu, malina 55%)
Czwartek 15.01.	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 z fasoli czerwonej (fasola czerwona, oliwa z oliwek, cebula, jabłko, koncentrat pomidorowy, kolendra, papryka wędzona), 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;	Czerwony barszcz (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, buraczki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól, sok z cytryny, cukier, śmietana 18%: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407) z makaronem (<u>mąka pszenna</u>, <u>jajka</u>, woda)	Pulpet rybny (miruna bez skóry, <u>jaja</u>, szczypior, mąka ziemniaczana, , ziele angielskie, sok z cytryny, sól, pieprz) Puree ziemniaczane Bukiet warzyw gotowanych (marchew, brokuł, kalafior, sól) Do picia: kompot wiśniowy (woda, wiśnie, cukier), woda mineralna	Kolorowa babka kisielowa (wqyrób: <u>jajka</u>; <u>mąka pszenna</u>; proszek do pieczenia; kisiel truskawkowy: cukier, skrobia ziemniaczana, regulator kwasowości- kwas cytrynowy, koncentraty roślinne 04,%- marchwi i hibiskusa, krokosza; witamina c, maltodekstryna, aromat, sól; cukier; olej rzepakowy) Jabłko Do picia: mleko z miodem (<u>mleko</u>)

	możliwe śladowe ilości: <u>glutenu</u>, <u>gorczycy</u>, <u>dwutlenku siarki</u>, <u>mleka z laktozą</u>, <u>selera</u>), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym Papryka czerwona, Gruszka Do picia: kawa inka (kawa inka: zboża 78% jęczmień, żyto, cykoria; <u>mleko z laktozą</u>), herbata z imbirem			
Piątek 16.01.	Bulka razowa (<u>mąka pszenna</u> typu 500, <u>mąka żytnia</u> razowa typu 2000, drożdże, woda otręby <u>żytnie</u>, sól <u>żytni</u>, sól, cukier) i pszenna (<u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy) 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 Almette (<u>ser</u> twarogowy, białka <u>mleka</u>, sól), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym, rzodkiewką Papryka kolorowa, 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	Cebulowa z ziemniakami (marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, cebula biała, czosnek, ziemniaki, masło 82 %: <u>śmietanka</u> pasteryzowana; sól, pieprz)	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 pica: kompot gruszkowy (woda, cukier, gruszki), woda mineralna	Galaretka truskawkowa (wyrób gotowy: cukier, żelatyna, regulator kwasowości: kwas cytrynowy; aromat, ekstrakt z czerwonej rzodkiewki, proszek truskawkowy 0,1%, ekstrakt z krokosza barwierskiego) Mandarynka Napój mleczny malinowy (<u>mleko</u> odtłuszczone; <u>mleko</u> odtłuszczone odtworzone; cukier; <u>śmietana</u>, przecier malinowy 1,7%; dekstroza; sok żurawinowy z soku zagęszczonego; składniki mineralne z <u>mleka</u>; skrobia modyfikowana; naturalny aromat; regulator kwasowości: cytryniany sodu; żywe kultury bakterii jogurtowych; L. Casei Danone CNM 1-1518; witamina B6; witamina D)

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