

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 20.10.2025r. DO 24.10.2025r.

	ŚNIADANIE 8:30	OBIAD		PODWIECZOREK 14:00
		I DANIE- 11:00	II DANIE - 12:45	
Poniedziałek 20.10.	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), pastą rybną (<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), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym 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>seleru, 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 pomarańczowy, 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</u>, <u>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, powidłą (śliwki węgierskie, cukier) Banan Do picia: kakao (<u>mleko z laktozą</u>, kakao), napar miętowy (wyrób gotowy: ziele mięty pieprzowej 100%; woda)
Wtorek 21.10.	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 pszenney</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>), pastą twarogową z rzodkiewką (<u>ser biały</u>: <u>mleko</u> pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej; <u>jogurt naturalny</u>: <u>mleko</u> pasteryzowane, białka <u>mleka</u>, żywe kultury bakterii: rzodkiewka, pieprz, sól), pomidorem, ogórkiem zielonym, Rzodkiewka, gruszka Do picia: herbata z cytryną, kawa	Wiśniowa (woda, wiśnie, cukier, sól, goździki, śmietana: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407, mąka ziemniaczana) z makaronem (<u>mąka pszenna, jaja</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 Kalafior Do picia: kompot jabłkowy (woda, jabłka, cukier), woda mineralna z cytryną	Gofry biszkoptowe (wyrób własny: <u>mąka pszenna, jaja, mleko z laktozą</u>, proszek d/p, cukier) z dżemem porzeczkowym (czarne porzeczki - 100 g czarnych porzeczek zużyto na 100 g produktu, cukry pochodzące z owoców, substancja żelująca - pektyny) i cukrem pudrem Mandarynka Do picia: koktajl mleczno-owocowy (mleko, banan, cukier)

Czwartek 23.10.	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 pszenne, 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), serkiem Almette (<u>ser</u> twarogowy, białka <u>mleka</u>, sól), ogórek zielony, rzodkiewka, szczypior Pomidorki koktajlowe, gruszka Do picia: herbata z imbirem i miodem, mleko <u>mleko</u>	Koperkowa (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, koper) z makaronem (<u>mąka pszenna, jajka</u>, woda)	Pieczony filet z indyka z warzywami (filet z indyka, cukinia, marchew, brokuł, śmietana, cebula, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana, sól, pieprz) Ziemniaki Do picia: kompot wiśniowy (woda, wiśnie z pestką, cukier), woda mineralna	Sernik na zimno (wyrób własny: biszkopty: <u>mąka pszenna 43,8%</u>, cukier, jaja 27,6%, syrop glukozowo-fruktozowy, skrobia, ziemniaczana, olej rzepakowy, sól, substancja spulchniająca: węglany amonu, aromat, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych; barwnik: karoteny, może zawierać: <u>mleko, orzechy</u>; masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana; serek homogenizowany: <u>ser</u> twarogowy odtłuszczony, <u>śmietanka</u> pasteryzowana, cukier, woda, aromat, barwnik: karoteny; galaretka truskawkowa: cukier, żelatyna, regulator kwasowości: kwas cytrynowy; aromat, ekstrakt z czerwonej rzodkiewki, proszek truskawkowy 0,1%, ekstrakt z krokosza barwierskiego) Kiwi Do picia: soczek bio (sok jabłkowy 100% z zagęszczanego soku, witamina C)
Piątek 24.10.	Bulka pszenna (<u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), pastą warzywną (marchew, biała fasola, czosnek, kasza gryczana, przyprawy, możliwe śladowe ilości: <u>glutenu, jaj, soję</u>) 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, jabłko 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 pszenno, oliwa z oliwek, czosnek, tymianek, słodka papryka, pieprz, sól)	Pieczona ryba z koperkiem (<u>ryba miruna</u>, sól, pieprz, sok z cytryny, koperek, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana) Ziemniaki Szpinak z pomidorami suszonymi i koktajłowymi z sosem winegret (szpinak, czosnek, sok z cytryny, pieprz, pomidory suszone, pomidorki koktajlowe, oliwa z oliwek) 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 (<u>jogurt</u>, truskawki 15%, insulina, koncentrat z soku z buraków czerwonych, aromaty) Rurka wafłowa sucha (<u>mąka pszenna</u>, cukier, tłuszcz palmowy, odtłuszczone mleko w proszku, aromat, sól; możliwe śladowe ilości: <u>jaj, sezamu, orzeszków arachidowych, orzechów</u>) Arbuz

--	--	--	--	--

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