

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 26.01.2026r. DO 30.01.2026r.

	ŚNIADANIE 8:30	OBIAD		PODWIECZOREK 14:15
		I DANIE- 11:00	II DANIE - 12:30	
Poniedziałek 26.01.	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, koncentrat pomidorowy, kolendra, papryka wędzona), pomidorem, ogórkiem zielonymi 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	Ogórkowa (woda, porcja rosółowa, por, <u>seler</u>, marchew, pietruszka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, ogórki kwaszone, śmietana: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407) z makaronem (<u>mąka pszenna, jaja</u>, woda)	Jajko (<u>jaja</u>) w sosie śmietankowym (wywar warzywny: woda, marchew, seler, por, pietruszka, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana, <u>mąka pszenna, mleko, śmietana: śmietanka</u>, stabilizator E339 E407; cukier, sól) 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	Salatka owocowa (banan, mandarynka, kiwi, jabłko, gruszka) z jogurtem naturalnym (<u>mleko</u> pasteryzowane, białka <u>mleka</u>, żywe kultury bakterii) Kokosanka (białka <u>jaj</u>, wiórki kokosowe)
Wtorek 27.01.	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), 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, selera</u>), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym i nutellą (wyrób własny: awokado, banan, kakao, miód) Papryka czerwona, gruszka	Buraczkowa (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, jajka</u>, woda)	Sznyceł drobiowy (filet z/k; sól; pieprz; <u>jaja</u>; bułka tarta: <u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże; olej rzepakowy) Ziemniaki Surówka mieszana z koperkiem (kapusta pekińska, rzodkiewka, ogórek zielony, czerwona papryka, koperek) Do picia: woda mineralna z cytryną, kompot wieloowocowy (woda, wiśnie z pestką, porzeczki, cukier)	Babka olejowa kakaowa (wyrób własny: <u>jaja</u>, cukier, <u>mąka pszenna</u>, mąka ziemniaczana, proszek do pieczenia, kakao; olej rzepakowy, woda) Banan Do picia: kawa inka z mlekiem (<u>mleko z laktozą</u>)

	Do picia: kakao (<u>mleko z laktozą</u>, kakao), herbata z imbirem			
Środa 28.01.	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, ogórek kwaszony, miód Kalarepa, jabłko Do picia: mleko (<u>mleko z laktozą</u>), herbata z cytryną	Krem marchwiowy (woda, cebula, masło 82%: <u>śmietanka</u> pasteryzowana, wywar warzywny: marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, śmietana: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407, sól, pieprz) z ziemniakami	Pulpet gotowany (łopatka b/k, jaja, bułka tarta: <u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże; przyprawy) w sosie pomidorowym (bulion warzywny, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407; <u>mąka pszenna</u>) Kasza kus kus Brokuł gotowany 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 truskawkami Andruty (<u>mąka pszenna</u>, olej rzepakowym, cukier, woda)

Czwartek	29.01.	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, 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), 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), sałatą, pomidorem, ogórkiem zielonym i serkiem homogenizowanym (<u>ser</u> twarogowy odtuszczony, <u>śmietanka</u> pasteryzowana, cukier, woda, aromat, barwnik: karoteny) Rzodkiewka, gruszka Do picia: herbata z cytryną słodzona miodem, kakao (kakao, <u>mleko z laktozą</u>)	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%)	Pieczone udko z kurczak (udko z kurczaka, pieprz, oliwa z oliwek, czosnek, słodka papryka, sól) Ziemniaki Mizeria (ogórek zielony, sól, pieprz, śmietana: <u>śmietanka</u>, stabilizator E339 E407) Do picia: kompot jabłkowy (woda, cukier, jabłka), woda mineralna	Gofry biszkoptowe (wyrób własny: <u>mąka pszenna, jaja, mleko z laktozą</u>, proszek d/p, cukier) z powidłami (śliwki węgierskie, cukier) i cukrem pudrem Kiwi Do picia: shake bananowy (banan, <u>mleko z laktozą, jogurt naturalny</u>)
Piątek	30.01.	Bulka pszenna (<u>mąka pszenna typu 500</u>, woda, drożdże, sól, cukier, olej rzepakowy jadalny) z maselkiem 82% (<u>śmietanka</u> pasteryzowana), serem wędzonym (<u>mleko</u> pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji kwasu mlekowego) i pastą warzywną (ciecierzyca, marchew, czosnek, oliwa z oliwek) pomidorem, ogórkiem zielony, 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	Pomidorowa (woda, porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, <u>seler</u>, koncentrat pomidorowy, <u>śmietana: śmietanka</u>, stabilizator E339 E407; cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, ryż) z makaronem (<u>mąka pszenna, 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) Mandarynka

--	--	--	--	--

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