Przedszkole	Poniedziałek 16.11.2026 r.	wtorek 17.11.2026 r.	Środa 18.11.2026 r..	Czwartek 19.11.2026 r.	Piątek 20.11.2026 r.
śniadanie	Papryka czerwona 50g **.Płatki kukurydziane na mleku z gruszką 200g (mleko)** Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, .Płatki kukurydziane bezglutenowe , Gruszka **Pieczywo mieszane z masłem (30g/5g) 35g (gluten, mleko)** Bułka pszenny, Chleb żytni razowy, Masło ekstra **.Parówka drobiowa 30g** Parówki, drobiowa **.Ketchup 5g** Ketchup **Herbata rooibos** 150g Herbata Rooibos, Woda	Ogórek świeży 50g **.Zupa mleczna z makaronem, miodem i bananem 200g (gluten, jajka, mleko)** Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Woda, Banan, Makaron, **Pieczywo mieszane z masłem (30g/5g) 35g (gluten, mleko)** Bułka pszenny, Chleb żytni razowy, Masło ekstra **.Pasta drobiowa z marchewką i soczewicą 15g (mleko)** mięsa z kurczaka, marchewki, soczewica, natka pietruszki, serek śmietankowy **.Ser gouda 10g (mleko)** Ser żółty, gouda **.Herbata z melisy** 151g Woda, .Herbata melisa	Pomidor 70g **.zupka mleczna z zacierką 200g (gluten, jajka, mleko)** Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, zacierka **Pieczywo mieszane z masłem (30g/5g) 35g (gluten, mleko)** Bułka pszenny, Chleb żytni razowy, Masło ekstra **.Szynka biesiadna 10g** Szynka biesiadna **.Pasztet drobiowy z cukinią 15g (jajka)** Cukinia, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, jajko, surowe, Marchew, Przecier pomidorowy, Kasza jaglana, Pietruszka, korzeń, Por, Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek **.Herbata z cytryną** 151g Woda, .Herbata, cytryna	Rzodkiewka 50g **Kakao naturalne na mleku 220g (mleko)** Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Woda, Kakao 16%, proszek **.** **Pieczywo mieszane z masłem (40g/5g) 45g (gluten, mleko)** Chleb graham, Chleb pszenny, Masło ekstra **Kolorowy twarożek z wiórkami rzodkiewki i papryki 35g (mleko)** Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Papryka czerwona, Rzodkiewka **Ogórek kiszony 50g (gorczyca)** **Herbata malinowa 180g** Woda, Herbata malinowa	Ogórek świeży 50g **.Ryż na mleku 200g (gluten, mleko)** Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, ryż **Pieczywo mieszane z masłem (30g/5g) 35g (gluten, mleko)** Bułka pszenny, Chleb żytni razowy, Masło ekstra **Twarożek (30g) (mleko)** Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, miód **Dżem (15g)** Dżem, niskosłodzony, porzeczkowy, **.Herbata owocowa** 150g Woda, Herbata owocowa
Zupa	**Rosół z makaronem i natką pietruszki wyw.mięsno-warz (200 ml) (gluten, jajka, seler)**	**.Żurek z ziemniakami i kiełbasą z kurczaka na wyw.mięs-warzywnym**	**.Zupa grochowa z kiełbaską drobiową i ziemniakami na wyw.mięsno-warz.**	**Zupa pieczarkowa z makaronem mini na wyw.mięsno-warzyw.**	.**Zupa szczawiowa z jajkiem wyw.mięsno-warzyw.**

	Woda, Porcja rosołowa, świeża, Makaron dwujajeczny, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Cebula, Pietruszka, liście (natka pietruszki),	**(200 ml) (gluten, jajka, mleko, seler,gorczyca)** Woda, Porcja rosołowa, świeża, Ziemniaki, średnio, Zakwas z mąki pszennej na barszcz biały, .Kiełbasa delikatesowa z kurczaka, Marchew, Śmietana, 18% tłuszczu, Cebula, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Czosnek **Pieczywo mieszane (20g)** (gluten) chleb pszenna, Chleb żytni razowy,	**(200 ml) (gluten, seler)** Porcja rosołowa, świeża, Woda, Ziemniaki, średnio, Groch, nasiona suche, .Kiełbasa delikatesowa z kurczaka, Marchew, Kurczak, tuszka, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy **Pieczywo mieszane (20g)** (gluten) chleb pszenna, Chleb żytni razowy,	**(200 ml) (gluten, jajka, mleko, seler)** Woda, Porcja rosołowa, świeża, makaron jajeczny, średnio, pieczarki, Marchew, Śmietana, 18% tłuszczu, Cebula, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Czosnek **Pieczywo mieszane (20g)** (gluten) chleb pszenna, Chleb żytni razowy	**(200 ml) (gluten, jajka, mleko, seler)** Woda, Porcja rosołowa, świeża, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 18% tłuszczu, Por, Seler korzeniowy, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Szczaw, Jaja kurze całe, **Pieczywo mieszane (20g)** (gluten) chleb pszenna, Chleb żytni razowy,
II Danie	**Kolorowe leczo warzywne z cukinią, papryką i pomidorami 160g** **.**Pomidory pellati, krojone, w puszce , Cukinia, Papryka czerwona, Papryka żółta, Cebula, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek **Ryż biały (140g)** Ryż biały **Surówka z ogórka kiszonego i cebuli 70 g (gorczyca)** Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy **.Kompot wieloowocowy 200g** Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez	**Mięso z udka kurczaka pieczone w Ziołach 70g** Udo kurczaka, Olej rzepakowy, Tymianek suszony, Majeranek suszony **_Kasza kuskus z oliwą 140g (gluten)** Woda, kasza kuskus, pęczak, Oliwa z oliwek **_Marchewka z porem 80g (mleko)** Marchewka, por, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Cytryna, Sok z cytryny, Majonez **.Kompot wieloowocowy 200g** Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone	**.Parowańce 120g (01, 03, 07)** Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Jaja kurze całe, Cukier, Drożdże piekarskie, prasowane **.Koktajl malinowy ze śmietanką 70g (07)** Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Śmietana, 30% tłuszczu, maliny, mrożone **Marchew 50g** **.Kompot wieloowocowy 200g** Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone	**_Kotlet mielony wieprzowy z koperkiem pieczony 70g (jajka, gluten)** Wieprzowina, łopatka, Bułka kajzerka, Jaja kurze całe, Bułka tarta, Cebula, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Koper ogrodowy **_Puree ziemniaczane z masłem 150g (mleko)** Ziemniaki, średnio, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Masło ekstra **_Buraki zasmażane 80g (gluten, mleko)** Burak gotowany, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500 **.Kompot wieloowocowy**	**_Paluszki rybne z pieca - wyrób własny 70g (gluten, jajka, ryby, gorczyca)** .Miruna, świeża, filet bez skóry, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 500, Olej rzepakowy, Bułka tarta Sok z cytryny **.Ziemniaki z wody z oliwą 120g** Ziemniaki, średnio, Oliwa z oliwek **_Colesław w sosie jogurtowym 70g (mleko)** Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Cytryna, Sok z cytryny **.Kompot wieloowocowy**

	pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone			**200g** Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone	**200g** Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone
podwieczorek	**owoc 80g** **.Budyń waniliowy - wyr.wł. 100g (jajka, gluten)** Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Skrobia ziemniaczana, Żółtko jaja kurzego, Cukier, Kakao 16%, proszek **.chrupek kukurydziany 5g** **.**chrupek kukurydziany	**Ciasto drożdzowe z jabłkiem 55g (gluten, jaja, mleko)** Jabłko, Mąka pszenna, typ 500, Masło ekstra, Cukier, Jaja kurze całe, Cukier waniliowy, Cynamon w proszku **owoc 80g**	**owoc 80g** **.Mini pizza z dodatkiem cukinii, sera i pomidorami 60g (gluten, mleko)** Mąka pszenna, typ 500, woda, koncentrat pomidorowy, ser mozzarella, w kostce, cukinia, oliwa z oliwek, drożdże piekarskie, prasowane, cukier, czosnek	**Koktajl owoce leśne z bananem i nasionami chia na maślance 200g (mleko)** Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu, Banan, Nasiona chia, Jagody leśne (czarne jagody), mrożone, Maliny, mrożone, jeżyny mrożone **Wafle kukurydziane 10g** **.**Wafle kukurydziane	**Pieczone jabłko (120g),** Jabłko, cynamon **Jogurt (mleko)** Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **Bułka wrocławska z masłem (15g/3g) (gluten, mleko)** Bułka wrocławska , masło ekstra
suma	E: **985** B: **31**, T: **34**, W: **145**,	E: **1010** B: **33**, T: **35**, W: **148**	**E: 976 B: 32,** **T: 34, W: 143,**	**E: 1009 B: 34,** **T: 35, W: 150,**	**E: 968 B: 33,** **T: 33, W: 140,**

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 08-Orzechy, 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Nasionasezamu i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (powyżej); E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany org. Jadłospis do stosowania w sezonie letnim 2025r. (licencja produktu). Jadłospis podlega ochronie praw autorskich. Jadłospis

opracowany przez zespół DIET4KIDS dietetyk dziecięcy Sp. z o.o.