

Przedszkole	Poniedziałek 21.09.2026 r.	wtorek 22.09.2026 r.	Środa 23.09.2026 r..	Czwartek 24.09.2026 r.	Piątek 25.09.2026 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	Zupa pieczarkowa z makaronem mini na wyw.mięsno-warzyw.	.Żurek z ziemniakami i kiełbasą z kurczaka na wyw.mięs-warzywnym	.Zupa grochowa z kiełbaską drobiową i ziemniakami na wyw.mięsno-warz.	Rosół z makaronem i natką pietruszki wyw.mięsno-warz (200 ml) (gluten, jajka, seler)	.Zupa szczawiowa z jajkiem wyw.mięsno-warzyw.

	(200 ml) (gluten, jajka, mleko, seler) Woda, Porcja rosółowa, 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,gorczyca) Woda, Porcja rosółowa, 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 rosółowa, 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,	Woda, Porcja rosółowa, 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) Woda, Porcja rosółowa, 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 pelati, krojone, w puszcze , Cukinia, Papryka czerwona, Papryka żółta, Cebula, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek Ryż biały (140g) Ryż biały Mizeria jogurtowa 70g (mleko) Ogórek świeży (długi), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu .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, 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,	.Parowanie 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	_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,

	pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone	mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone		.Kompot wieloowocowy 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone	Cytryna, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone
podwieczorek	owoc 80g .Budyń waniliowy - wyr.wt. 100g (jajka, gluten) Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Skrobia ziemniaczana, Żółtko jaja kurzego, Cukier, Kakao 16%, proszek .chrupek kukurydziany 5g .chrupek kukurydziany	Koktajl owoce leśne z bananem i nasionami chia na maślanie 200g (mleko) Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu, Banan, Nasiona chia, Jagody leśne (czarne jagody), mrożone, Maliny, mrożone, jeżyny mrożone Wafle kukurydziane 10g .Wafle kukurydziane	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	Ciasto drożdżowe z jabłkiem 55g (gluten, jaja, mleko) Jabłko, Mąka pszenna, typ 500, Masło ekstra, Cukier, Jaja kurze całe, Cukier waniliowy, Cynamon w proszku owoc 80g	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.

