JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

21-25.09.2026

(jadłospis niekiedy może ulec zmianie)

DATA	ŚNIDANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
21.09	Płatki jęczmienne 15 g na mleku 150 ml (**mleko**, **zboża zawierające gluten**), pieczywo mieszane 40 g (**zboża zawierające gluten**), masło 5 g (**mleko**), ser żółty 25 g (**mleko**), kiełki brokuła 10 g, sałata 10 g, rzodkiewki 15 g, herbata z cytryną bez cukru 150 ml.	Śliwki świeże 80 g.	Rosół z makaronem 250 ml (**zboża zawierające gluten**, **jaja**, **seler**), puree ziemniaczane z mlekiem 120 g (**mleko**), mięso drobiowe gotowane z rosołu 60 g, surówka z czerwonej kapusty z chrzanem i jabłkiem 70 g, kompot owocowy 200 ml.	Chleb pełnoziarnisty 40 g (**zboża zawierające gluten**), margaryna roślinna Rama 5 g (**mleko**), szynka drobiowa 20 g, szpinak świeży 10 g, pomidor 20 g, kawa inka na mleku 150 ml (**mleko**, **zboża zawierające gluten**).
22.09	Płatki orkiszowe 15 g na mleku 150 ml (**mleko**, **zboża zawierające gluten**), pieczywo mieszane 40 g (**zboża zawierające gluten**), masło 5 g (**mleko**), serek kozi do smarowania 40 g (**mleko**), szczypiorek 5 g, rzodkiewki 20 g, woda z cytryną 150 ml.	mus owocowy naturalny 100% 150 ml. POKUSA (jabłko,pomarańcza, mango, lio truskawka)	Zupa selerowa z ryżem na bulionie warzywnym 250 ml (**seler**, **mleko**), ziemniaki gotowane 120 g, kotlet schabowy smażony 60 g (**jaja**, **zboża zawierające gluten**), marchewka z groszkiem duszona na maśle 70 g (**mleko**), kompot bez cukru 200 ml.	Jogurt naturalny bez cukru 150 ml (**mleko**), banan 80 g, wafle kukurydziane 15 g.
23.09	Kakao na mleku bez cukru 150 ml (**mleko**), pieczywo mieszane 40 g (**zboża zawierające gluten**), masło 5 g (**mleko**), polędwica sopocka 25 g, paprykarz warzywny 25 g, rukola 10 g, rzodkiewki 15 g.	Banan 100 g.	Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 250 ml (**mleko**, **seler**, **gorczyca**)pierogi ruskie 170 g (**mleko**, **jaja**, **zboża zawierające gluten**), surówka z marchewki i jabłka 70 g, woda niegazowana 200 ml.	Kisiel owocowy z kawałkami jabłka 150 g, wafle ryżowe naturalne 15 g.
24.09	Kasza jaglana na mleku 150 ml (**mleko**),twarożek z sera białego z kroplą miodu i wiórkami gorzkiej czekolady 50 g (**mleko**), pieczywo mieszane 40 g (**zboża zawierające gluten**), masło 5 g (**mleko**), kalarepa 30 g, napar z mięty bez cukru 150 ml.	Chipsy (cripsy) jabłkowe/owocowe suszone 20 g.	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 250 ml (**seler**), krokiety z kapustą i pieczarkami 120 g (**zboża zawierające gluten**, **jaja**), woda niegazowana 200 ml.	Zapiekanka z bułki pszennej z serem żółtym 70 g bułka 45 g (**zboża zawierające gluten**), ser żółty 25 g (**mleko**), kalarepa w słupkach 20 g, rzodkiewki 20 g, herbata z cytryną bez cukru 150 ml.
25.09	Płatki owsiane 15 g na mleku 150 ml (**mleko**), pieczywo mieszane 40 g (**zboża zawierające gluten**), masło 5 g (**mleko**), ser biały w plastrach 30 g (**mleko**), powidła owocowe 100% bez cukru 15 g, kiełki rzodkiewki 10 g, roszponka 10 g, herbata owocowa bez cukru 150 ml.	Jabłko 100 g.	Krem z cukinii z pestkami słonecznika 250 ml (**seler**, **mleko**), kasza bulgur gotowana 100 g (**zboża zawierające gluten**), ryba pieczona (miruna) 60 g (**ryby**), mix warzyw gotowanych na parze (kalafior, brokuł) 70 g, woda niegazowana 200 ml.	Koktajl na maślance z truskawkami bez cukru 150 ml (**mleko**), chałka drożdżowa 40 g (**zboża zawierające gluten**, **jaja**) z masłem 5 g (**mleko**).marchew do chrupania 20 g

Do każdego posiłku podawana jest woda.

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.