**JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY**
**2.11-6.11.2026** **(jadłospis niekiedy może ulec zmianie)**

| DATA | ŚNIADANIE | II ŚNIADANIE | OBIAD | PODWIECZOREK |
|---|---|---|---|---|
| **2.11** | Płatki owsiane 200 g na mleku **(mleko, gluten)**, pieczywo mieszane 50 g **(gluten)** z masłem 5 g **(mleko)**, herbata owocowa 150 ml, jajko gotowane 50 g **(jaja)** w sosie majonezowo-jogurtowym 15 g **(jaja, gorczyca, mleko)**, rzodkiewki 20 g, szczypiorek 5 g. | Śliwki 100 g. | Zupa brokułowa 250 g z ziemniakami 50 g na wywarze warzywnym **(seler)**, ryż gotowany 50 g, pieczone podudzia kurczaka w ziołach 80 g, mix warzyw gotowanych 70 g, woda z cytryną 150 ml. | Kawa biała 150 ml na mleku **(mleko, gluten)** , chleb orkiszowy 50 g **(gluten)** z masłem 5 g **(mleko)**, pasta ze słonecznika z pomidorami 30 g, sałata 5 g, rzodkiewka 20 g. |
| **3.11** | Makaron 200 g na mleku **(mleko, gluten)**, pieczywo mieszane 50 g **(gluten)** z masłem 5 g **(mleko)**, herbata z cytryną 150 ml, ser kozi do smarowania 25 g **(mleko)**, powidła owocowe 15 g, papryka żółta 20 g, sałata 5 g. | Mus owocowy naturalny 100 g. GUMI-MUS (jabłko,banan, czarna porzeczka, loi ananas) | Zupa z czerwonej soczewicy 250 g na wywarze warzywnym **(seler)**, drobiowe pulpeciki 70 g **(jaja, gluten)** w sosie pomidorowym 50 g, kasza pęczak 50 g **(gluten)**, sałata 30 g z sosem ziołowym. | Placki z dynią 120 g **(gluten, jaja, mleko)**, herbata 150 ml, kalarepa w słupkach 40 g. |
| **4.11** | Kawa inka 150 ml na mleku **(mleko, gluten)**, pieczywo mieszane 50 g **(gluten)** z masłem 5 g **(mleko)**, schab pieczony wyrób własny 25 g, ogórek kiszony 20 g, pomidor 20 g. | Banan 100 g. | Zupa ogórkowa 250 g z ziemniakami 50 g **(seler, mleko)**, ruskie pierogi 150 g **(gluten, mleko, jaja)** z cebulką 10 g, kalarepa 40 g, woda z pomarańczą 150 ml. | Budyń wyrób własny 150 ml **(mleko,jaja)** z musem owocowym 30 g, wafle ryżowe 15 g. |
| **5.11** | Płatki orkiszowe 200 g na mleku **(mleko, gluten)**, pieczywo mieszane 50 g **(gluten)** z masłem 5 g **(mleko)**, szynka z piersi kurczaka 20 g **(soja, seler)**, sałata 5 g, rzodkiewka 20 g. | Arbuz 100 g. | Zupa pieczarkowa 250 g z makaronem 40 g **(gluten, seler, mleko)**, ziemniaki gotowane 150 g, gołąbki z kapusty i mięsa 160 g, rzodkiewka 20 g. | Kakao 150 ml na napoju owsianym z cukrem 2,5 g, chleb graham 50 g **(gluten)** z masłem 5 g **(mleko)** i twarożkiem 30 g **(mleko)**, rzodkiewka 20 g, ogórek kiszony 20 g. |
| **6.11** | Kasza kuskus 200 g na mleku **(mleko, gluten)**, pieczywo mieszane 50 g **(gluten)** z masłem 5 g **(mleko)**, ser żółty 15 g **(mleko)**, herbata rumiankowa 150 ml, rzodkiewka 20 g, pomidor 20 g. | Kolorowa papryka do chrupania 50 g. | Zupa jarzynowa 250 g **(seler, mleko)**, smażony kotlet z ryby 70 g **(ryby, gluten, jaja)**, puree ziemniaczane 150 g **(mleko)**, surówka z kapusty kiszonej i buraka 70 g z pestkami słonecznika 5 g, kompot owocowy 150 ml. | Serek homogenizowany naturalny 100 g **(mleko)** z owocami 30 g , wafle kukurydziane naturalne 15 g, herbata owocowa 150 ml, kalarepa w słupkach 40 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.*