

Przedszkole	Poniedziałek 27.10.2025 r.	wtorek 28.10.2025 r.	Środa 29.10.2025 r.	Czwartek 30.10.2025 r.	Piątek 31.10.2025 r.
śniadanie	Papryka czerwona 45g Sałata lodowa 5g .Płatki kukurydziane na mleku 200g (07) Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Płatki kukurydziane Pieczywo mieszane z masłem (30g/4g) 34g (01, 07) Bułka pszenny, Chleb żytni razowy, Masło ekstra .Polędwica z indyka 15g Polędwica z indyka .Ser żółty salami 10g Ser, salami Herbata rooibos 150g Herbata Rooibos, przygotowana	Ogórek świeży 50g .Zupa mleczna z makaronem, miodem i bananem 200g (01, 03, 07) Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Woda, Banan, Makaron, Miód pszczeli Pieczywo mieszane z masłem (30g/4g) 34g (01, 07) Bułka pszenny, Chleb żytni razowy, Masło ekstra .Pasta drobiowa z marchewką 15g mięsa z kurczaka, marchewki, natka pietruszki, serek śmietankowy .Ser gouda 10g (07) Ser żółty, gouda .Herbata z melisy 151g Woda, .Herbata melisa	Pomidor 55g .zupka mleczna z zacierką 200g (01, 03, 07) Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, zacierka Pieczywo mieszane z masłem (30g/4g) 34g (01, 07) Bułka pszenny, Chleb żytni razowy, Masło ekstra .Szynka biesiadna 10g Szynka biesiadna .Paszтет drobiowy z cukinią 15g Cukinia, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 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 (07) Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Woda, Kakao 16%, proszek .Pieczywo mieszane z masłem (40g/5g) 45g (01, 07) Chleb żytni razowy, Bułka pszenny, Masło ekstra .Parówka drobiowa 30g (04) Parówki, drobiowa .Ketchup 5g Ketchup .Herbata owocowa 150g Woda, Herbata owocowa	Ogórek świeży 50g .Ryż na mleku 200g (01, 07) Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, ryż . Naleśniki (80g) 1,3,7, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Jaja kurze całe, Cukier twarożek z miodem (30g) 7 , Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, miód
Zupa	Zupa pieczarkowa z makaronem mini na wywarze warzywnym (225ml) (01,07,09) Woda, makaron jajeczny, średnio, pieczarki, Marchew, Śmietana,	.Żurek z ziemniakami i kielbasą z kurczaka na wyw.mięs-warzywnym 220g (01, 07, 09) Woda, Ziemniaki, średnio, Zakwas z mąki pszennej na barszcz biały, .Kielbasa delikatesowa z kurczaka, Marchew, Śmietana,	Rosół z makaronem i natką pietruszki 221g (01, 03, 09) Woda, Makaron dwujajeczny, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Cebula, Pietruszka, liście (natka pietruszki),	.Zupa grochowa z kielbaską drobiową i ziemniakami na wyw.mięsno-warz. 220g (09) Woda, Ziemniaki, średnio, Groch, nasiona suche, .Kielbasa delikatesowa z	.Zupa szczawiowa z jajkiem 220g (07, 09) Woda, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 18% tłuszczu, Por, Seler korzeniowy, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Szczaw, Jaja kurze całe,

	18% tłuszczu, Cebula, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Czosnek Pieczywo mieszane (20g) (01,) chleb pszenna, Chleb żytni razowy,	18% tłuszczu, Cebula, Seler korzeniowy, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Czosnek Pieczywo mieszane (20g) (01,) chleb pszenna, Chleb żytni razowy,		kurczaka, Marchew, Kurczak, tuszka, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy Pieczywo mieszane (20g) (01,) chleb pszenna, Chleb żytni razowy,	
II Danie	.Mięso z udka kurczaka pieczone w ziołach i miodzie 70g Udo kurczaka, Olej rzepakowy, Miód pszczeli, Tymianek suszony, Majeranek suszony _Kasza kuskus z oliwą 120g Woda, kasza kuskus, Oliwa z oliwek _Marchewka z porem 70g 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	Jesienne leczo z kawałkami kurczaka, dynią, cukinią i paryką (130g) Woda, kurczak, bez skóry, Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek, Papryka, Dynia, Cukinia Ryż biały (120g) Ryż biały .Kompot wieloowocowy 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone	_Kotlet mielony wieprzowy z koperkiem 70g (01, 03) Wieprzowina, łopatka, Bułka kajzerka, Jaja kurze całe, Bułka tarta, Cebula, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Koper ogrodowy _Puree ziemniaczane z masłem 130g (07) Ziemniaki, średnio, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Masło ekstra _Buraki zasmażane 70g (01, 07) Burak gotowany, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500 .Kompot wieloowocowy 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone	.Parowańce 90g (01, 03, 07) Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Jaja kurze całe, Cukier, Drożdże piekarskie, prasowane .Koktajl malinowy ze śmietanką 80g (07) Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Śmietana, 30% tłuszczu, maliny, mrożone .Kompot wieloowocowy 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone	_Paluszki rybne z pieca - wyrób własny 70g (01, 03, 04, 10) .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 (07) Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Cytryna, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Wiśnie bez pestek, mrożone, Porzeczki, mrożone

podwieczorek	Banan 50g .Budyń czekoladowy - wyr.wł. 100g (03, 07) Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Skrobia ziemniaczana, Żółtko jaja kurzego, Cukier, Kakao 16%, proszek .chrupek kukurydziany 5g .chrupek kukurydziany	Smoothie jabłkowe z imbirem 150g Jabłko, Sok jabłkowy, Sok z cytryny, Imbir, korzeń (dla alergika smoothie z gruszką) _Ciasteczka owsiane bez cukru - wyr. wł. 20g (01, 03, 05, 08, 12) Banan, Płatki owsiane, Jaja kurze całe, Masło orzechowe, Morele, suszone, Daktyle, suszone, Śliwki bez pestek, suszone, Proszek do pieczenia	Sernik z brzoskwiniami (70g) 1,3,7, Mąka pszenna, typ 500, masło ekstra, Jaja kurze całe, Cukier, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, brzoskwinie, proszek dopieczenia ,	Arbuz 50g .Mini pizza z dodatkiem cukinii, sera i pomidorami 80g Mąka pszenna, typ 500, woda, koncentrat pomidorowy, ser mozzarella, w kostce, cukinia, oliwa z oliwek, drożdże piekarskie, prasowane, cukier, czosnek	Pieczone jabłko z miodem (80g), Jabłko, miód Bułka wrocławska z masłem (15g/3g) 1,7 Bułka wrocławska , masło ekstra
suma	E: 913.49 B: 38.43 , T: 28.47 , W: 91.23 ,	E: 930.74 B: 37.11 , T: 38.55 , W: 114.28 ,	E: 923 B: 34.09 , T: 37.25 , W: 119.41 ,	E: 1009,86 B: 38,85 , T: 41.89 , W: 127.51 ,	E: 907.02 B: 38.45 , T: 39.69 , W: 104.84 ,

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.

