

PRZEDSZKOLE

01.12.2025 – 05.12.2025

01.12.2025 - PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE – CHLEB MIESZANY 40G, SEREK ŚMIETANKOWY Z ŁOSIEM I KOPERKIEM 10G, PIERŚ Z KURCZAKA 10G, POMIDOR 5G, KAWA ZBOŻOWA Z MLEKIEM 200ML

Składniki – chleb mieszany(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól), masło 82%(**mleko**), serek łaciaty z łosiem(**serek** śmietankowy, **łosoś** atlantycki wędzony 7 %, białka **mleka**, sól, koperek suszony 0,2%, pierś z kurczaka, pomidor, kawa zbożowa(cykoria, **żyto**(50%)- prażone, **mleko** 2%

OBIAD – ZUPA Z SOCZEWICY CZERWONEJ 250G

SKŁADNIKI- woda, ziemniaki, soczewica czerwona, marchew, kurczak świeży, parówki z szynki, pietruszka korzeń, **seler**, por, sól morska, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, nać pietruszki

OBIAD- PANKEJKI Z POLEWĄ TRUSKAWKOWĄ 250G, GRUSZKA

Składniki – mąka **pszenna**, **jaja**, jogurt grecki, truskawki, olej rzepakowy, cukier, **mleko**, woda gazowana, cukier puder, soda oczyszczona, proszek do pieczenia, cukier waniliowy

PODWIECZOREK – SAŁATKA OWOCOWA, FLIPSY KUKURYDZIANE

Składniki –kiwi, mandarynka, jabłko

02.12.2025 – WTOREK

ŚNIADANIE – CHLEB MIESZANY 40G, MASŁO 5G, SCHAB PIECZONY, OGÓREK KISZONY 10G, KAWA ZBOŻOWA Z MLEKIEM

Składniki - chleb mieszany(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól), schab pieczony, **masło**, ogórek kiszony, kawa zbożowa, **mleko**

OBIAD- ZUPA KRUPNIK 250ML

Składniki – woda, ziemniaki, kurczak świeży, **seler**, pietruszka korzeń, kasza wiejska, śmietana 18%UHT(**śmietanka**, stabilizatorE339,E407), por, pietruszka nać, susz pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy (produkty mogą zawierać: **gluten**, **jaja**, **soję**, **mleko** i produkty pochodne oraz **seler** i **gorczyc**

OBIAD- MAKARON 60G, SZPINAK I PIERSI Z KURCZAKA 120G, WODA DO PICIA

Składniki – makaron, piersi z kurczaka, szpinak mrożony, ser **fette**, czosnek, śmietana 18%(**śmietanka**, stabilizatory: E 339, E 407)

PODWIECZOREK - PLACUSZKI BANANOWE 200G, KOMPOT OWOCOWY 200ML

Składniki – banany, mąka **pszenna**, **jajka**, mąka ziemniaczana, jogurt naturalny(**mleko**, **białka mleka**, żywe kultury bakterii), olej

03.12.2025 – ŚRODA

ŚNIADANIE- MAKARON ZACIERKA NA MLEKU 250ML, HERBATA Z CYTRYNĄ 200ML ,CHLEB ZAKOPIAŃSKI 40G, MIÓD WIELOKWIATOWY 10G, SER ŻÓŁTY 10G, MASŁO 5G

Składniki – makaron zacierka, **mleko** 2%, herbata, cytryna, chleb zakopiański(mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, mak 3%,sól), miód wielokwiatowy, ser żółty(**mleko**, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia), masło 82% (**mleko**

OBIAD- ZUPA BROKUŁOWA 250ML

Składniki – woda, ziemniaki, brokuły świeże, kurczak świeży, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, śmietana 18%UHT(**śmietanka**, stabilizatorE339,E407), por, pietruszka nać, susz pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy (produkty mogą zawierać: **gluten**, **jaja**, **soję**, **mleko** i produkty pochodne oraz **seler** i **gorczycę**)

OBIAD - KASZA KUSKUS PERŁOWA 60G, KARKÓWKA WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM 200G, OGÓREK KISZONY Z MARCHEWKĄ 100G, BANAN

Składniki – kasza **kuskus perłowa**, karkówka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, cebula, sól, papryka słodka, susz pietruszki(produkty mogą zawierać: **gluten**, **jaja**, **soję**, **mleko** i produkty pochodne oraz **seler** i **gorczycę**), pietruszka nać

Surówka – ogórek kiszony, marchewka, cebula

PODWIECZOREK – CIASTO JABŁECZNIK 200G, HERBATA OWOCOWA 200ML

Składniki – mąka **pszenna**, jabłka, olej rzepakowy, **jajka**, cukier waniliowy, proszek do pieczenia

04.12.2025 – CZWARTEK

ŚNIADANIE – CHLEB MIESZANY 40G, MASŁO 5G, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, SZCZYPIOREK , KAWA ZBOŻOWA Z MLEKIEM

SKŁADNIKI – chleb mieszany (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól), **masło**, pomidor, ogórek zielony, ser żółty(**mleko**, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia), kawa zbożowa, **mleko**, szczypior

OBIAD – ZUPA PIECZARKOWA 250ML

Składniki - woda, makaron , pieczarki, marchew, kurczak świeży, pietruszka korzeń, **seler**, śmietana UHT 18% (**śmietanka**, stabilizator E 407), sól, por, lubczyk, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pietruszka nać

OBIAD- ZIEMNIAKI 200G, KOTLET SCHABOWY 120G, SAŁATA MASŁOWA Z JOGURTEM GRECKIM 150G, JABŁKO

SKŁADNIKI – ziemniaki, sól morską z magnezem, schab wieprzowy, **jajka**, bułka tarta(mąka **pszenna** 80%, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól), olej rzepakowy, **mleko** 2%, zioła prowansalskie, pieprz ziołowy, susz pietruszki produkty mogą zawierać: **gluten, jaja, soję, mleko** i produkty pochodne oraz **seler i gorczycę**)

Surówka – sałata masłowa, jogurt Grecki(**mleko, śmietanka, mleko** w proszku, żywe kultury bakterii jogurtowy

PODWIECZOREK – KISIEL 200ML, POMARAŃCZ

Składniki – kisiel, pomarańcz

05.12.2025 – PIĄTEK

ŚNIADANIE –CHŁEB MIESZANY 40G, MASŁO 5G, PASTA Z MAKRELI 20G, OGÓREK ŚWIEŻY, PAPRYKA CZERWONA 10G, HERBATA MIĘTOWA 200ML

SKŁADNIKI – chleb mieszany (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól), makrela (jajko gotowane, ogórek kiszony, jogurt naturalny, szczypiorek, pieprz), ogórek świeży, papryka czerwona, masło (**mleko**)

OBIAD – ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM NITKI 250ML

Składniki – woda, makaron gniazda nitki(mąka makaronowa pszenna), kurczak świeży, marchew, pietruszka korzeń, seler, por, sól morską, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka nać

OBIAD – ZIEMNIAKI 200G, RYBA Z PIECA 150G, SURÓWKA – KAPUSTA KISZONA Z MARCHEWKĄ 120G, SOK KUBUŚ 300ML

Składniki – ziemniaki, sól morską

Składniki – filet z **dorsza**, mąka **pszenna**, **jajka**, olej rzepakowy, bułka tarta(mąka **pszenna** 80%, mąka **żytnia** 20%, woda, drożdże, sól, produkt zawiera **gluten**), cytryna, pieprz ziołowy

Składniki – kapusta kiszona, marchew, oliwa z oliwek, cebula, orzech włoski

PODWIECZOREK – TOSTY Z SEREM ŻÓŁTYM, HERBATA OWOCOWA

SKŁADNIKI – chleb tostowy (mąka **pszenna**), ser żółty (**mleko**, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia), herbata owocowa

Produkty powodujące alergię lub reakcję nietolerancji wypisano pogrubioną czcionką.

Jadłospis może ulec zmianie