

Przedszkole 7/25

| | |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ile dni | 10 |
| termin rozpoczęcia | 2025-03-31 |
| Posiłki | 1. I śniadanie 2. obiad 3. podwieczorek |
| Przypisana Grupa żywieniowa | Nazwa grupy: Zespół Szkolno-Przedszkolny / PP*/ 1. Dzieci (wiek: 4 - 6; liczba: 111) 2. Dzieci (wiek: 1 - 3; liczba: 35) |

2025-03-31 Poniedziałek

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 1. Chleb pszenno-żytni (54g) | 1. Zupa ziemniaczana tradycyjna **/ż (180g) | 1. Kisiel domowy o smaku wieloowocowym * k |
| 2. Masło * (5g) | 2. Ryż na mleku z sosem jogurtowo - truskawkowym * (120g) | 2. Chrupki kukurydziane (6g) |
| 3. Kiełbaski kornetki* (40g) | 3. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | 3. Banan (50g) |
| 4. Ketchup łagodny Pudliszki (8g) | 4. Woda niegazowana * (150g) | |
| 5. Bawarka * (150g) | | |
| 6. Woda niegazowana * (150g) | | |
| 7. Mandarynki (30g) | | |

I śniadanie

obiad

podwieczorek

2025-04-01 Wtorek

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 1. Płatki kukurydziane z mlekiem*/ż (140g) | 1. Zacierka na rosole **/ż (160g) | 1. Zapiekanka z szynką i serem* (40g) |
| 2. Chleb wieloziarnisty (30g) | 2. Ziemniaki * (90g) | 2. Herbata z cytryną * (150g) |
| 3. Masło * (5g) | 3. Kotlet mielony z mięsa mieszanego. (nie smażony z pieca) (90g) | |
| 4. Dżem truskawkowy niskosłodzony (10g) | 4. Mizeria */ż (50g) | |
| 5. Woda niegazowana * (150g) | 5. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | |
| 6. herbata z cytryną *ż (150g) | 6. Woda niegazowana * (150g) | |
| 7. Gruszka (30g) | | |

I śniadanie

obiad

podwieczorek

2025-04-02 Środa

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 1. Chleb graham (54g) | 1. Barszcz czerwony klarowny z uszkami **/ż (170g) | 1. Sałatka owocowa z bitą śmietaną* (120g) |
| 2. Masło * (5g) | 2. Naleśniki z serem twarogowym *ż (120g) | 2. krawki kukurydziane - naturalne (6g) |
| 3. Szynka wieprzowa gotowana (20g) | 3. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | |
| 4. Pomidor (10g) | 4. Woda niegazowana * (150g) | |
| 5. Jaja gotowane * (10g) | | |
| 6. kakao na mleku 2%* (150g) | | |
| 7. Woda niegazowana * (150g) | | |
| 8. Jabłko* (30g) | | |

I śniadanie

obiad

podwieczorek

2025-04-03 Czwartek

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 1. zupa mleczna z makaronem */ż (150g) | 1. Zupa krem z kukurydzy z groszkiem ptysiowym ż/** (180g) | 1. sok warzywno-owocowy * (130g) |
| 2. Chleb pszenno-żytni (35g) | 2. Warzywa na patelnię * (90g) | 2. Drożdżówka z wiśnią * - wyrób własny (40g) |
| 3. Masło * (5g) | 3. Filet z indyka duszony w sosie własnym* (90g) | |

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|------------------------------------------|----------------------------------------|--------------|
| 4. Pasta serowo - rybna ż/* (25g) | 4. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | |
| 5. Ogórek kiszony w. * (6g) | 5. Woda niegazowana * (150g) | |
| 6. Herbata z cytryną * (150g) | | |
| 7. Woda niegazowana * (150g) | | |
| 8. Banan (30g) | | |

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|-------------|-------------------|--------------|
| | 2025-04-04 Piątek | |

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 1. Chleb żytni jasny (54g) | 1. Zupa ogórkowa z ogórków kiszonych z ryżem **/ ż (150g) | 1. Mus truskawkowy * (130g) |
| 2. Masło * (5g) | 2. Ziemniaki * (80g) | 2. Maca tradycyjna bez cukru (8g) |
| 3. Jajecznica duszona */ż (50g) | 3. Miruna filety panierowane smażone * (90g) | |
| 4. Woda niegazowana * (150g) | 4. Surówka z kapusty kiszonej * (50g) | |
| 5. mleko spożywcze2%* (150g) | 5. Woda niegazowana * (150g) | |
| 6. Kiwi (30g) | 6. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | |
| | 7. Jogurt pitny - naturalny* (300g) | |

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|-------------|-------------------------|--------------|
| | 2025-04-07 Poniedziałek | |

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 1. Chleb pszenno-żytni (50g) | 1. Zupa jarzynowa zabieleną z ziemniakami * */ż (150g) | 1. Budyń domowy o smaku waniliowym * (120g) |
| 2. Masło * (5g) | 2. Spaghetti Carbonarra * (120g) | 2. Pałeczki kukurydziane (6g) |
| 3. kurczak parzony (20g) | 3. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | 3. Mandarynki (30g) |
| 4. Pomidor (10g) | 4. Woda niegazowana * (150g) | |
| 5. Kawa inka na mleku* (150g) | | |
| 6. Woda niegazowana * (150g) | | |
| 7. Winogrona bezpestkowe (30g) | | |

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|-------------|-------------------|--------------|
| | 2025-04-08 Wtorek | |

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------|
| 1. Kasza manna na mleku */ż (130g) | 1. Zupa krupnik **/ż (150g) | 1. Naleśniki z musem jabłkowym */ż (100g) |
| 2. Chleb graham (35g) | 2. Fasolka po bretońsku * (130g) | 2. sok warzywno-owocowy * (150g) |
| 3. Masło * (5g) | 3. Bułki małe* (40g) | |
| 4. Ser złoty Mazur Mlekoop (15g) | 4. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | |
| 5. Pomidor (8g) | 5. Woda niegazowana * (150g) | |
| 6. Sałata lodowa (6g) | | |
| 7. Herbata z cytryną * (150g) | | |
| 8. Pomarańcza (30g) | | |
| 9. Woda niegazowana * (150g) | | |

I śniadanie

obiad

podwieczorek

2025-04-09 Środa

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 1. Chleb żytni jasny (54g) | 1. Zupa krem pomidorowo-ziemniaczany z grzankami | 1. Kisiel domowy o smaku jabłkowym |
| 2. Masło * (5g) | * */ż (150g) | * (120g) |
| 3. Twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką */ż (25g) | 2. Kasza gryczano-jęczmienna*/ż (80g) | 2. Mieszanka drożdżowa (25g) |
| 4. Woda niegazowana * (150g) | 3. Gulasz wołowy duszony */ż (90g) | |
| 5. mleko spożywcze2%* (150g) | 4. Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią i kukurydzą. | |
| 6. Gruszka (30g) | */ż (50g) | |
| | 5. Woda niegazowana * (150g) | |
| | 6. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | |

I śniadanie

obiad

podwieczorek

2025-04-10 Czwartek

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------|
| 1. Płatki owsiane na mleku */ż (150g) | 1. Rosół z makaronem **/ż (150g) | 1. ciastka zbożowe* (9g) |
| 2. Chleb wieloziarnisty (35g) | 2. Ziemniaki * (90g) | 2. sok warzywno-owocowy * (150g) |
| 3. Masło * (5g) | 3. Filet z kurczaka panierowany * (90g) | |
| 4. Miód pszczeli (10g) | 4. surówka z kapusty białej i ogórka kiszzonego * (50g) | |

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|-------------------------------|----------------------------------------|---------------------|
| 5. Herbata z cytryną * (150g) | 5. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | |
| 6. Woda niegazowana * (150g) | 6. Woda niegazowana * (150g) | |
| 7. Kiwi (30g) | | |

I śniadanie

obiad

podwieczorek

2025-04-11 Piątek

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 1. Chleb pszenno-żytni (54g) | 1. Zupa brokułowa z makaronem**/ż (180g) | 1. Jogurt z czarnymi jagodami- wyrób własny * (140g) |
| 2. Masło * (5g) | 2. Ryba po grecku z ryżem* (140g) | 2. Wafle suche tortowe (10g) |
| 3. Pasztetowa aa (15g) | 3. Sałatka wiosenna * (50g) | |
| 4. Ogórek kiszony w. * (8g) | 4. Kompot z owoców mieszanych * (150g) | |
| 5. Bawarka * (150g) | 5. Woda niegazowana * (150g) | |
| 6. Woda niegazowana * (150g) | | |
| 7. Jabłko* (30g) | | |

- W razie nie otrzymania w/w produktów jadłospis może ulec zmianie
- Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady(UE) wytłuszczonym drukiem wyróżniono składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji.
- Dokładny jadłospis z gramaturą, kalorycznością i alergenami znajduje się na tablicy w stołówce szkolnej oraz u intendenta