JADŁOSPIS 09 – 20.11.2026

DATA	ŚNIADANIE ok. 200g	ZUPA ok. 200ml	DRUGIE DANIE ok. 150g	PODWIECZOREK ok. 100g	Suma kcal
09.11.26 PON.	• chleb żytni z masłem i zielonym ogórkiem • parówki z szynki • kakao	• ogórkowa zabielana z ziemniakami	• ryż z sosem śmietankowo-truskawkowym • sok wieloowocowy	• paszteciki z ciasta francuskiego z tuńczykiem	1410
	• cząstki gruszek	***Zawiera alergeny: seler, mleko***	***Zawiera alergeny: mleko, pszenica***	***Zawiera alergeny: pszenica, ryby***	
	Zawiera alergeny: żyto, pszenica, mleko				
10.11.26 WTOREK	• grahamka ze schabem i papryką • kawa zbożowa	• zupa jarzynowa zabielana z groszkiem i ziemniakami	• gulasz z szynki z pieczarkami • kasza pęczak • fasolka szparagowa gotowana na parze • woda z pomarańczą	**ZAJĘCIA KULINARNE** **<u>Deser biało-czerwony</u>** (truskawki, sok z cytryny, cukier, śmietana kremówka 30%)	1400
	• cząstki jabłka				
	Zawiera alergeny: pszenica, jęczmień, żyto, mleko	***Zawiera alergeny: seler, mleko***	***Zawiera alergeny: pszenica***	***Zawiera alergeny: mleko***	

12.11.26 CZWART.	• bułka pszenna z dżemem brzoskwiniowym • kakao	• buraczkowa zabielana z ziemniakami	• makaron z bobu z pieczonymi warzywami i grzankami pełnoziarnistymi • woda z cytryną	• kaszka manna na mleku z syropem malinowym	1390
	• słupki marchewki	***Zawiera alergeny: seler, mleko***	***Zawiera alergeny: pszenica***	***Zawiera alergeny: mleko, pszenica***	
	Zawiera alergeny: pszenica, jaja, mleko				
13.11.26 PIĄTEK	• płatki owsiane na mleku • chleb orkiszowy z piersią z kurczaka i pomidorem • herbata miętowa	• krem z brokuła z kleksem śmietany	• dorsz gotowany na parze • kasza jaglana z warzywami • kompot owocowy	• pieczone jabłka z miodem i cynamonem	1400
	• winogrona				
	Zawiera alergeny: owies, pszenica, jęczmień, żyto, mleko	***Zawiera alergeny: seler, mleko***	***Zawiera alergeny: ryby***		

DATA	ŚNIADANIE ok. 200g	ZUPA ok. 200ml	DRUGIE DANIE ok. 150g	PODWIECZOREK ok. 100g	Suma kcal
16.11.26 PON.	• chleb żytni z szynką wiejską i papryką • kawa zbożowa	• krem z pieczonych jarzyn z kiełkami	• makaron z twarogiem • kompot śliwkowy	• chleb wieloziarnisty z serkiem śmietankowym i prażonym słonecznikiem	1400
	• cząstki jabłek	***Zawiera alergeny: seler***	***Zawiera alergeny: pszenica, mleko***	***Zawiera alergeny: pszenica, żyto, mleko***	
	Zawiera alergeny: pszenica, żyto, jęczmień, mleko				
17.11.26 WTOREK	• kaszka manna na mleku • bułka pszenna z pastą jajeczną i szczypiorkiem do wyboru • herbata miętowa	• brokułowa zabielana z ziemniakami	• potrawka z kurczaka z papryką, czerwoną fasolą i pomidorami • ziemniaki gniecione • woda z cytryną	**ZAJĘCIA KULINARNE** **<u>Shake owocowy</u>** (banan, truskawki, jogurt naturalny, miód)	1390
	• słupki papryki	***Zawiera alergeny: seler, mleko***		***Zawiera alergeny: mleko***	
	Zawiera alergeny: pszenica, mleko, jaja, gorczyca				
18.11.26 ŚRODA	• grahamki z masłem i pomidorem • parówki z szynki • kakao	• zupa z czerwonej soczewicy z pomidorami i ziemniakami	• indyk w sosie curry • ryż basmati • marchewka mini • sok owocowy	• galaretka z malinami • biszkopty	
	• cząstki gruszek	***Zawiera alergeny: seler***	***Zawiera alergeny: pszenica, jaja, mleko***	***Zawiera alergeny: pszenica, jaja***	
	Zawiera alergeny: żyto, pszenica, mleko				
19.11.26 CZWART.	• płatki jęczmienne na mleku • chleb orkiszowy z żółtym serem i zielonym ogórkiem • herbata owocowa	• krem z zielonego groszku z domowymi grzankami	• kopytka dyniowe z masłem • kompot wieloowocowy	• serek śmietankowy z prażonym sezamem i bananami	1390
	• cząstki rzodkiewki	***Zawiera alergeny: pszenica, żyto, seler***	***Zawiera alergeny: pszenica, jaja, mleko***	***Zawiera alergeny: sezam, mleko***	
	Zawiera alergeny: jęczmień, pszenica, żyto, mleko				
20.11.26 PIĄTEK	• bułka weka z dżemem truskawkowym • herbata cytrynowa	• jarzynowa z lanymi kluskami	• makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem i pomidorami • kompot wiśniowy	• koktajl bananowo-śliwkowy na mleku z miodem • chrupki kukurydziane	1400
	• słupki marchewki	***Zawiera alergeny: seler, pszenica, jaja***	***Zawiera alergeny: pszenica, ryby***	***Zawiera alergeny: mleko***	
	Zawiera alergeny: pszenica, jaja, mleko				



W czasie pobytu w przedszkolu dzieci mają stały dostęp do wody mineralnej oraz codziennie otrzymują świeże owoce lub warzywa;