

Jadłospis przedszkole 66

09-13.02.2026

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	Pasta rybna ze szczypiorkiem(<i>szprotki w oleju, ser twarogowy, jogurt naturalny, szczypiorek, sól</i>) (30 g), chleb razowy(<i>mąka pszenna, mąka żytnia</i>) (50 g), <i>masło</i> (z mleka, laktoza) (5 g), ogórek zielony(10 g), herbata z cytryną(200 ml) <i>Zdrowa przekąska – jabłko(40 g)</i>
	Zupa (300ml)	Zupa jarzynowa z kluseczkami (<i>marchew, pietruszka, por, kalafior, brokuł, zielony groszek, śmietana 22% (laktoza, białka mleka), mleko, makaron pszenny, oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól</i>)
	II danie	Gulasz wieprzowy(<i>szynka b/k, cebula, papryka, mąka pszenna, czosnek, olej roślinny, ziele angielskie, liść laurowy, sól</i>) (80 g), <i>kasza wiejska</i> (100 g), słupki kiszzonego ogórka(50 g), woda mineralna (200 ml)
	Podwieczorek	Domowy deser Monte(<i>mleko, masło, kakao, czekolada gorzka, mąka ziemniaczana, wanilia</i>), banan 1/2 szt.
Wtorek	Śniadanie	Parówki drobiowe (60 g), chleb krakowski(<i>mąka pszenna</i>)(50 g), <i>masło</i> (laktoza, białka mleka) (5 g), ketchup(10 g), zielona cebulka(5 g), bawarka z <i>mlekiem</i> (200 ml) <i>Zdrowa przekąska- banan (40 g)</i>
	Zupa (300ml)	Zupa warzywna z pomidorami i zacierką (<i>marchew, pietruszka, por, pomidory, śmietana 22% (laktoza, białka mleka), mleko, zacierka(mąka pszenna, jajka), oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól</i>)
	II danie	Sznicel wieprzowy(<i>łopatka b/k, cebula, bułka pszenna, bułka tarta pszenna, jajko, olej roślinny, cebula, czosnek, sól</i>) (80g), ziemniaki (100 g), duszona marchewka z zielonym groszkiem (<i>marchewka, zielony groszek, masło, śmietana, mąka pszenna, cukier, sól</i>)(80 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Galaretka truskawkowa(<i>truskawki, żelatyna, woda</i>), herbatniki (<i>mąka pszenna, cukier, masło węglan sodu, mleko w proszku</i>)(30 g)
Środa	Śniadanie	Płatki <i>jęczmienne</i> na <i>mleku 2%</i> (150 ml), graham(<i>mąka pszenna</i>) (40 g), <i>masło</i> (laktoza, białka mleka) (5 g), dżem malinowy(30 g), herbata z cytryną(200 ml) <i>Zdrowa przekąska – marchewka do chrupania(40 g)</i>
	Zupa (300ml)	Kremowa zupa dyniowa z orzo(<i>marchew, pietruszka, por, dynia, mleko, mleko kokosowe, ziemniaki, oliwa z oliwek, cynamon, tymianek, imbir, zielona pietruszka, makaron orzo pszenny, sól</i>)
	II danie	Makaron świderki (120 g) z serem (30 g) i polewą jogurtowo-śmietanową z borówkami (50 g)(<i>makaron świderki pszenny, śmietana, jogurt naturalny mleko, żywe kultury bakterii jogurtowych, borówki, wanilia</i>), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Kajzerka(<i>mąka pszenna</i>) z <i>masłem</i> (laktoza, białka mleka), kiełbasą krakowską, ogórek kiszony (60 g), herbata malinowa(200 ml)
Czwartek	Śniadanie	Szynka drobiowa(30 g), <i>masło</i> (laktoza, białka mleka) (5 g), chleb słonecznikowy (<i>mąka pszenna, mąka żytnia</i>) (50 g), pomidor(10g), kakao z <i>mlekiem</i> (200 ml) <i>Zdrowa przekąska – gruszka(40 g)</i>
	Zupa (300ml)	Zupa grysikowa(<i>kurczak, marchew, pietruszka, seler, kapusta włoska, por, kasza manna pszenna, zielona pietruszka, sól</i>)
	II danie	Schab pieczony(<i>schab b/k, papryka, cebula, czosnek, olej roślinny, mąka pszenna, sól</i>) (80 g), ziemniaki (100 g), surówka z marchewki z pomarańczą(<i>marchew, pomarańcz, jabłko, sok z cytryny</i>)(80 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Pączek z konfiturą (<i>mąka pszenna, cukier, woda, jajka, masło, drożdże, konfitura, sól</i>) , herbata z owoców leśnych(200 ml)
Piątek	Śniadanie	Pasta z białej fasoli(<i>biała fasola, suszone pomidory, olej z suszonych pomidorów, pasta Tahini, czosnek, sól</i>)(30 g), <i>masło</i> (laktoza, białka mleka)(5 g), weka(<i>mąka pszenna</i>)(40 g), rzodkiewka(10 g), herbata z cytryną (200 ml) <i>Zdrowa przekąska- pomarańcz w kawałkach(40 g)</i>
	Zupa (300ml)	Zupa brokułowa z ryżem(<i>marchew, pietruszka, por, brokuły, oliwa z oliwek, śmietana, mleko, zielona pietruszka, ziele angielskie, liść laurowy, sól</i>)
	II danie	Pierogi z mięsem, warzywami i cebulką(<i>mąka pszenna, jajka, masło, łopatka b/k, włoszczyzna, olej roślinny, cebula, pieprz prawdziwy sól</i>)(5 szt.), jabłko 1/2 szt. ,kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chleb wiejski(<i>mąka pszenna</i>) z <i>masłem</i> (laktoza, białka mleka), roladą serową, zielona sałata (60 g), herbata malinowa(200 ml)
	uwagi	Planowane owoce mogą ulec zmianie ze względu na zmiany cenowe Wszystkie napoje(herbata, kakao, kawa mleczna, desery) słodzone maksymalnie 4 g / 200 ml

Smacznego

Catering „Młyńskie Danie”

Opracowała: dietetyk Anna Oczkoś

* Thustą czcionką zostały zaznaczone alergeny zgodnie z Rozporządzeniem UE Nr 1169/2011 z dnia 13 grudnia 2014 r.