

Jadłospis przedszkole 66

16-20.02.2026

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	Twarożek szczypiorkowy(30 g), chleb wiejski(mąka pszenna, mąka żytnia) (40 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), pomidor(10 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – jabłko(40 g)
	Zupa (300ml)	Zupa z soczewicy z kluseczkami(marchew, pietruszka, seler , por, soczewica, oliwa z oliwek, cebula, czosnek, zielona pietruszka, makaron muszelki pszenny , ziele angielskie, liść laurowy, sól)
	II danie	Pierś z kurczaka po chińsku z warzywami (pierś z kurczaka, mąka pszenna , cebula, papryka, por, pomidory pelati, kukurydza, ananas, olej roślinny, sól) (80 g), bulgur (100 g), woda mineralna (200 ml)
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy(mleko, jogurt naturalny, śmietana , truskawki, wanilia) (150 ml), pałki kukurydziane mąka kukurydziana sól) (30 g)
Wtorek	Śniadanie	Szynka drobiowa(soja) (30 g), chleb słonecznikowy(mąka pszenna, mąka żytnia) (50 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), sałata zielona(5 g), kawa zbożowa z mlekiem (200 ml) Zdrowa przekąska - gruszka(40 g)
	Zupa (300ml)	Rosół z makaronem nitki(porcja rosółowa z kurczaka, indyk, marchew, pietruszka, seler , por, kapusta włoska, makaron nitki(mąka pszenna, jajka), zielona pietruszka, sól)
	II danie	Klopsy wieprzowe w sosie własnym(łopatka b/kości, mąka pszenna , bułka pszenna , olej roślinny, jaja , cebula, papryka, czosnek, sól) (80 g), ziemniaki(100 g), surówka z selera z ananase(m(seler , ananas, jabłko, jogurt naturalny , sok z cytryny, sól) (80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Kołacz z serem(mąka pszenna , woda, ser, mleko odtuszczone w proszku, sól, cukier, masło , drożdże, jaja , skórka pomarańczowa), herbata porzeczkowa(200 ml)
Środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku (150 ml), chleb razowy(mąka pszenna, mąka żytnia)(50 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), miód(20 g), herbata malinowa (200 ml) Zdrowa przekąska – banan(40 g)
	Zupa (300ml)	Zupa ogórkowa z ziemniakami (marchew, pietruszka, seler , por, ogórek kiszony, śmietana, mleko , ziemniaki, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Bułki na parze (mąka pszenna, jajka , woda, cukier, masło, olej rzepakowy, drożdże, mleko, sól) z polewą śmietanową z owocami(30 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chleb pszenny(mąka pszenna) z masłem (z mleka, laktoza), roladą serową, papryka(60 g), herbata z cytryną (200 ml)
Czwartek	Śniadanie	Polędwica sopocka(30 g), graham (mąka pszenna)(50 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g), zielony ogórek(10 g), kakao z mlekiem (200 ml) Zdrowa przekąska- jabłko (40 g)
	Zupa (300ml)	Zupa koperkowa z zacierką(marchew, pietruszka, seler , por, koperek, śmietana 22%(laktoza, białka mleka), mleko , oliwa z oliwek, zacierka(mąka pszenna, jajka), zielona pietruszka, koperek, sól)
	II danie	Gołąbek z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym(łopatka b/k, ryż, cebula, olej roślinny, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, śmietana, mąka pszenna)(150 g), ziemniaki puree(100 g) kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Kisiel pomarańczowy(pomarańcze, cytryny, miód, mąka ziemniaczana, cukier), herbatniki(mąka pszenna, cukier, masło węglan sodu, mleko w proszku)(30 g)
Piątek	Śniadanie	Jajecznica ze szczypiorkiem, chleb krakowski(mąka pszenna, mąka żytnia)(50 g), masło (z mleka, laktoza) (5 g), pomidor(10 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska- marchewka do chrupania(40 g)
	Zupa (300ml)	Krem warzywny z grzankami(marchew, pietruszka, seler , por, ziemniaki, kalafior, śmietana 22%(laktoza, białka mleka), mleko , oliwa z oliwek, zielona pietruszka, koperek, grzanki pszenne , sól)
	II danie	Miruna panierowana(miruna, mąka pszenna , bułka tarta pszenna, jajka, mleko , olej roślinny, sól) (80 g), ziemniaki (100 g), surówka z kapusty kiszonej(kapusta kiszona, marchew, cebula, olej roślinny) (80g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Ciasto bananowe(banany, mąka pszenna, jajka, olej roślinny , proszek do pieczenia, cynamon, kakao, cukier), mleko (180ml)
	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.