

Jadłospis Przedszkole 66

07-10.04.2026

| DATA | MENU | |
|--------------|--------------|---|
| Poniedziałek | Śniadanie | |
| | Zupa (300ml) | |
| | II danie | |
| | Podwieczorek | |
| Wtorek | Śniadanie | Ser żółty (laktoza, białka mleka) (30 g), chleb wieloziarnisty(mąka pszenna, mąka żytnia)(50 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g), ogórek zielony(10 g), herbata malinowa (200 ml) Zdrowa przekąska – jabłko(40 g) |
| | Zupa (300ml) | Zupa pomidorowa z ryżem(marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, śmietana 22% (laktoza, białka mleka), mleko , ryż, oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól) |
| | II danie | Makaron penne z sosem śmietanowo - szpinakowym(makaron penne pszenny , cebula, czosnek, masło , szpinak, mąka pszenna, śmietana 18% słodka, ser Philadelphia, mleko , czosnek, sól) (200 g), woda mineralna(200 ml) |
| | Podwieczorek | Deser waniliowy z mussem gruszkowym(mleko, masło , mąka ziemniaczana, cukier, wanilia, gruszka) (150 ml) |
| Środa | Śniadanie | Płatki kukurydziane na mleku (150 ml), weka(mąka pszenna)(40 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), dżem truskawkowy(30 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – marchewka do chrupania(40 g) |
| | Zupa (300ml) | Rosół z makaronem nitki(porcja rosółowa z kurczaka, indyk, marchew, pietruszka, por, kapusta włoska, makaron nitki pszenny , zielona pietruszka, sól) |
| | II danie | Sznicel wołowo-wieprzowy(wołowina b/k, karczek b/k, jajko, bułka tarta pszenna , cebula, czosnek, olej roślinny, sól) (80g), ziemniaki(100 g), surówka z kapusty pekińskiej(kapusta pekińska, marchew, cebula, majonez(jajko, jogurt naturalny , sok z cytryny, sol) (80 g), kompot (200 ml) |
| | Podwieczorek | Kołacz z serem (mąka pszenna , cukier, woda, jajka, masło , drożdże, twaróg półtłusty, sól), herbata malinowa (200 ml) |
| Czwartek | Śniadanie | Kiełbasa krakowska(30 g), chleb razowy(mąka pszenna, mąka żytnia) (30 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g), ogórek kiszony(20 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska - jabłko(40 g) |
| | Zupa (300ml) | Zupa brokułowa z zacierką(marchew, pietruszka, por, brokuł, zacierka(mąka pszenna, jajka), koperek, śmietana 22% (laktoza, białka mleka), mleko , oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól) |
| | II danie | Risotto z mięsem w sosie pomidorowym(ryż, łopata b/k, olej roślinny, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana, sól)(200 g), kompot (200 ml) |
| | Podwieczorek | Jogurt naturalny(mleko, żywe kultury bakterii jogurtowych) z miodem, banan 1/2 szt. |
| Piątek | Śniadanie | Pasta z makreli wędzonej z twarogiem i szczypiorkiem (makrela wędzona(ryby), ser biały półtłusty(laktoza, białka mleka), jogurt naturalny (laktoza, białka mleka), szczypiorek, sól) (30 g), kiełki rzodkiewki(5 g), kajzerka(mąka pszenna) 1 szt., masło (laktoza, białka mleka)(5 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – gruszka(40 g) |
| | Zupa (300ml) | Zupa selerowa z ziemniakami(marchew, pietruszka, por, seler, śmietana 22% (laktoza, białka mleka), mleko , ziemniaki, oliwa z oliwek, ziele angielskie, liść laurowy, zielona pietruszka, sól) |
| | II danie | Bułki na parze (mąka pszenna, jajka , woda, cukier, masło, olej rzepakowy, drożdże, mleko, sól) z polewą jogurtowo- śmietanową z truskawkami(30 g), kompot(200 ml) |
| | Podwieczorek | Chleb pszenno-żytni(mąka pszenna, mąka żytnia) z masłem (laktoza, białka mleka), pasztetem ogórkiem kiszonym(60 g), herbata z cytryną(200 ml) |
| | uwaga | 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

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