

Jadłospis przedszkole 66

13-17.04.2026

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	Twarożek ala tzatziki(30 g), chleb krakowski(mąka pszenna, mąka żytnia) (50 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), rzodkiewka(10 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – jabłko(40 g)
	Zupa (300ml)	Zupa kalafiorowa z kluseczkami(marchew, pietruszka, seler , por, kalafior, makaron pszenny mini, masło, śmietana 22 %, mleko, ryż, sól)
	II danie	Wieprzowina po meksykańsku(łopatka wieprzowa, cebula, czosnek, olej roślinny, papryka, mąka pszenna , pomidory w zalewie, fasola czerwona, kukurydza, tymianek, sól) (80 g), kasza bulgur (100 g), woda mineralna (200 ml)
	Podwieczorek	Kisiel malinowy(maliny, mąka ziemniaczana, woda), herbatniki(mąka pszenna, cukier, masło węglan sodu, mleko w proszku(30 g)
Wtorek	Śniadanie	Szynka drobiowa(30 g), chleb słonecznikowy(mąka pszenna, mąka żytnia) (50 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), sałata zielona(5 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – marchewka do chrupania(40 g)
	Zupa (300ml)	Krupnik polski(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, koperek, kasza jęczmienna , ziemniaki, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Pierogi z serem waniliowym(mąka pszenna, ser twarogowy, jajka, masło, śmietana, cukier, wanilia) 5 szt., mus wiśniowy(30 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chleb wiejski(mąka pszenna, mąka żytnia) z masłem (z mleka, laktoza), roladą serową, papryką (60 g), herbata malinowa(200 ml)
Środa	Śniadanie	Ser mozzarella(30 g), pomidor, tymianek, weka pszenna (40 g), masło (z mleka, laktoza) (5 g), herbata malinowa(200 ml) Zdrowa przekąska – banan(40 g)
	Zupa (300ml)	Zupa z zielonego groszku z zacierką(marchew, pietruszka, seler , por, koperek, zielony groszek, masło, śmietana, mleko, zacierka(mąka pszenna, jajka), sól)
	II danie	Chrupiące stripsy z kurczaka w panierce panko(pieś z kurczaka, jajko, mleko, mąka pszenna, bułka tarta pszenna, panierka panko, olej roślinny, sól) 2 szt., frytki z pieca(100 g), sałatka z kapusty białej(kapusta biała, marchew, cebula, kukurydza, majonez(jajka), jogurt naturalny , sok z cytryny, cukier, sól)(80 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Deser truskawkowy(śmietanka, twaróg, mleko, truskawki, wanilia), pałki kukurydziane (mąka kukurydziana sól) (30 g)
Czwartek	Śniadanie	Kasza manna pszenna na mleku (150 ml), chleb razowy(mąka pszenna, mąka żytnia) (50 g), masło (laktoza, białka mleka) (5 g), powidło(20 g), herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – gruszka(40 g)
	Zupa (300ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami(marchew, pietruszka, seler , por, zakwas barszczu czerwonego, buraki, ziemniaki, śmietana, mleko, cebula, majeranek, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Pulpety indyjskie w curry(indyk b/k, pieś z kurczaka, bułka pszenna, jajko, śmietanka słodka, mleko kokosowe, papryka, marchew, curry, pasta łagodne curry zielone, mąka pszenna, cebula, czosnek, olej roślinny, sól) (80 g), ryż (100 g), sałatka szwedzka(ogórek kiszony, marchew, cebula, jabłko, kukurydza, olej roślinny, cukier)(80 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Bagietka(mąka pszenna) z masłem, kakao z mlekiem (200 ml)
Piątek	Śniadanie	Pasta z jajka ze szczypiorkiem(30 g), masło (laktoza, białka mleka)(5 g), bułka kajzerka(mąka pszenna) 1 szt., herbata z cytryną(200 ml) Zdrowa przekąska – jabłko(40 g)
	Zupa (300ml)	Zupa koperkowa z ryżem (marchew, pietruszka, seler , por, koperek, oliwa z oliwek, ryż, śmietana, mleko, sól)
	II danie	Miruna panierowana(filet z miruny, bułka pszenna, jajko , bułka tarta pszenna, olej roślinny, sól) (80 g), ziemniaki (100 g), surówka z kapusty kiszonej(kapusta kiszona, cebula, marchew, olej roślinny, cukier) (80 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Ptasie mleczko na biszkoptach z galaretką pomarańczową(mleko, jogurt naturalny, śmietanka, mąka pszenna, jajka, pomarańcze, żelatyna, cukier), herbata miętowa(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

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