

# Jadłospis Przedszkole 66

## 15-19.06.2026

DATA	MENU	
Poniedziałek	Śniadanie	<b>Ser żółty</b> (laktoza, białka mleka (30 g), chleb wieloziarnisty( <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> )(50 g), <b>masło</b> (laktoza, białka mleka)(5 g), ogórek zielony(10 g), herbata malinowa (200 ml) <b>Zdrowa przekąska – jabłko(40 g)</b>
	Zupa (300ml)	Zupa brokułowa z zacierką( marchew, pietruszka, por, brokuł, zacierka( <b>mąka pszenna, jajka</b> ), koperek, <b>śmietana 22%</b> (laktoza, białka mleka), oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól)
	II danie	Pierś z indyka w sosie śmietanowym z suszonymi pomidorami(pierś z indyka b/k, <b>śmietanka</b> słodka, suszone pomidory, <b>mąka pszenna, cebula, czosnek, papryka, olej roślinny, sól</b> ) (80 g), <b>bulgur</b> (100 g), surówka z ogórka kiszzonego z cebulką(70 g), woda mineralna(200 ml)
	Podwieczorek	<b>Jogurt</b> naturalny(mleko, żywe kultury bakterii jogurtowych) z musli, banan 1/2 szt.
Wtorek	Śniadanie	Szynka naturalna(30 g), chleb krakowski( <b>mąka pszenna</b> )(50 g), <b>masło</b> (laktoza, białka mleka) (5 g), pomidor(10 g), kakao z <b>mlekiem</b> (200 ml) <b>Zdrowa przekąska – arbuz(40 g)</b>
	Zupa (300ml)	Rosół z makaronem nitki(porcja rosółowa z kurczaka, indyk, marchew, pietruszka, por, kapusta włoska, makaron nitki <b>pszenny, zielona pietruszka, sól</b> )
	II danie	Sznicel wołowo-wieprzowy( wołowina b/k, karczek b/k, <b>jajko, bułka tarta pszenna, cebula, czosnek, olej roślinny, sól</b> ) (80g), ziemniaki(100 g), duszona marchewka mini z miodem(marchew mini, miód, <b>masło, mąka ziemniaczana, sól</b> ) (80 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	Deser waniliowy z mussem gruszkowym( <b>mleko, masło, mąka ziemniaczana, cukier, wanilia, gruszka</b> ) (150 ml)
Środa	Śniadanie	Kasza manna <b>pszenna</b> na <b>mleku</b> (150 ml), weka( <b>mąka pszenna</b> )(40 g), <b>masło</b> (laktoza, białka mleka) (5 g), dżem truskawkowy(30 g), herbata z cytryną(200 ml) <b>Zdrowa przekąska – marchewka do chrupania(40 g)</b>
	Zupa (300ml)	Zupa ziemniaczana (marchew, pietruszka, <b>seler, por, ziemniaki, mąka pszenna, kielbasa podwawelska, ziele angielskie, liść laurowy, zielona pietruszka, koperek, sól</b> )
	II danie	Makaron penne carbonara (makaron penne <b>pszenny, szynka wieprzowa, olej roślinny, jajka, śmietana</b> słodka, <b>ser żółty, ziola</b> ) (200 g), słupki zielonego ogórka(50 g), kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Plastry arbuza, podkłomyki beczukrowe( <b>mąka pszenna, masło węglan sodu, mleko w proszku</b> )(30 g)
Czwartek	Śniadanie	Kielbasa krakowska(30 g), chleb razowy( <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> ) (30 g), <b>masło</b> (laktoza, białka mleka)(5 g), ogórek kiszony(20 g), herbata z cytryną(200 ml) <b>Zdrowa przekąska – jabłko(40g)</b>
	Zupa (300ml)	Zupa ryżowa(porcja rosółowa z kurczaka, marchew, pietruszka, <b>seler, por, kapusta włoska, , ryż, pietruszka zielona, sól</b> )
	II danie	Pałki z kurczaka w curry(pałka z kurczaka, papryka, marchew, olej roślinny, curry, mleko kokosowe, czosnek, sól) ziemniaki (100 g), surówka białej kapusty(kapusta biała, marchew, kukurydza, majonez( <b>jajka</b> ), <b>jogurt, sok z cytryny, cukier, sól</b> ) (80 g), kompot (200 ml)
	Podwieczorek	<b>Twarożek</b> ze świeżymi truskawkami, weka <b>pszenna z masłem</b> (40 g)
Piątek	Śniadanie	Pasta z makreli wędzonej z twarogiem i szczypiorkiem (makrela wędzona( <b>ryby</b> ), <b>ser</b> biały półtłusty(laktoza, białka mleka), <b>jogurt</b> naturalny(laktoza, białka mleka), szczypiorek, sól) (30 g), kajzerka( <b>mąka pszenna</b> ) 1 szt., <b>masło</b> (laktoza, białka mleka)(5 g), herbata z cytryną(200 ml) <b>Zdrowa przekąska – gruszka(40 g)</b>
	Zupa (300ml)	Zupa warzywna z pomidorami i orzo(marchew, pietruszka, por, pomidory, <b>śmietana 22%</b> (laktoza, białka mleka), <b>mleko, makaron pszenny orzo, oliwa z oliwek, zielona pietruszka, sól</b> )
	II danie	Racuchy z jabłkami i polewą jogurtową( <b>mąka pszenna, jajka, mleko, jogurt</b> naturalny, jabłka, proszek do pieczenia, cukier) 2 szt., kompot(200 ml)
	Podwieczorek	Chleb pszenno-żytni( <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> ) z <b>masłem</b> (laktoza, białka mleka), pasztetem zieloną sałatą(60 g), herbata z cytryną(200 ml)
	uwaga	Planowane owoce mogą ulec zmianie ze względu na zmiany cenowe <b>Wszystkie napoje(herbata, kakao, kawa mleczna, desery) słodzone maksymalnie 4 g / 200 ml</b>

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.