

# Przedszkole jadłospis 29.06 - 31.07

2026-06-29 Poniedziałek

| I śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                       | obiad                                                                                                                                                                                                   | podwieczorek                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herbata z cytryną niesłodzona (250g)<br>2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)<br>3. Masło (mleko) (5g)<br>4. Szyunka z piersi kurczaka (gorczyca, soja) (30g)<br>5. Ser twarogowy półtłusty (mleko) (30g)<br>6. Pomidor (20g)<br>7. Owoc sezonowy (120g) | 1. Zupa ziemniaczana z dodatkiem fasoli białej i kielbasy (seler, gorczyca, soja, mleko) (200g)<br>2. Naleśniki z jabłkami (pszenica, jaja, mleko) 2 szt (200g)<br>3. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. Twarożek z koperkiem (mleko) (30g)<br>2. Pieczywo chrupkie (pszenica, żyto, owies) (30g) |

2026-06-30 Wtorek

| I śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                    | obiad                                                                                                                                                                                                                  | podwieczorek                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Kawa zbożowa na mleku (jęczmień, żyto, mleko) (200g)<br>2. Chleb pszenno-żytni (pszenica, żyto) (70g)<br>3. Masło (mleko) (5g)<br>4. Pasta jajeczna ze szczypiorkiem na jogurcie (jaja, mleko) (30g)<br>5. Ogórek kwaszony (20g)<br>6. Owoc sezonowy (180g) | 1. Zupa jarzynowa z lanym ciastem na wywarze warzywnym (seler, mleko, jaja, pszenica) (200g)<br>2. Makaron z kurczakiem w sosie jogurtowo-szpinakowym (pszenica, mleko) (250g)<br>3. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. Mus owocowy 100% bez dodatku cukru (100g)<br>2. Chrupki kukurydziane (10g) |

2026-07-01 Środa

| I śniadanie                                                                                                                                                                                        | obiad                                                                                                                                                                                                                                     | podwieczorek                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herbata owocowa niesłodzona (250g)<br>2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)<br>3. Masło (mleko) (5g)<br>4. Ser żółty (mleko) (20g)<br>5. Papryka czerwona (20g)<br>6. Owoc sezonowy (90g) | 1. Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną mlekiem (seler, mleko) (200g)<br>2. Gulasz wieprzowy (100g)<br>3. Kasza bulgur ugotowana (pszenica) (100g)<br>4. Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem (100g)<br>5. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. Kajzerka (pszenica) (50g)<br>2. Masło (mleko) (5g)<br>3. Wędlina wieprzowa (gorczyca, soja) (20g)<br>4. Rzodkiewka (10g) |

2026-07-02 Czwartek

| I śniadanie                                                                                                                                                                                                                | obiad                                                                                                                                                                                                     | podwieczorek                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 1. Kakao naturalne na mleku niesłodzone (mleko) (200g)<br>2. Chleb pszenno-żytni (mąka pszenna, żytnia) (70g)<br>3. Masło (mleko) (5g)<br>4. Kielbasa żywiecka (20g)<br>5. Ogórek (30g)<br>6. Owoc sezonowy (arbuz) (100g) | 1. Rosół z makaronem (seler, pszenica, jaja) (200g)<br>2. Stripsy drobiowe (80g)<br>3. Ziemniaki gotowane (100g)<br>4. Surówka coleslaw z jogurtem (mleko) (100g)<br>5. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. Ciasto buraczane (pszenica, jaja, mleko) (50g) |

2026-07-03 Piątek

| I śniadanie                                                                                                                                                                                     | obiad                                                                                                                                                                                                                                                                          | podwieczorek                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herbata z cytryną niesłodzona (250g)<br>2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)<br>3. Masło (mleko) (5g)<br>4. Twarożek z rzodkiewką (30g)<br>5. Pomidor (30g)<br>6. Owoc sezonowy (60g) | 1. Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (mleko, seler, pszenica, jaja) (200g)<br>2. Filet z miruny w panierce (ryba, jaja, pszenica) (80g)<br>3. Ziemniaki gotowane (100g)<br>4. Surówka z kapusty kiszzonej (100g)<br>5. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. Serek homogenizowany naturalny chudy (mleko) (150g)<br>2. Nektarynka (140g) |

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Firma zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie.

2026-07-06 Poniedziałek

| I śniadanie                                        | obiad                                                                                  | podwieczorek                       |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 1. Herbata z cytryną niesłodzona (250g)            | 1. Zupa krem z soczewicy zabieleną jogurtem z grzankami (mleko, pszenica, żyto) (200g) | 1. jogurt naturalny (mleko) (120g) |
| 2. Chleb pszenno-żytni (pszenica, żyto) (70g)      | 2. Pierogi ruskie (pszenica, jaja, mleko) 5 sztuk (150g)                               | 2. Banan (120g)                    |
| 3. Masło (mleko) (5g)                              | 3. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                   |                                    |
| 4. Parówki wieprzowe (soja, seler, gorczyca) (50g) |                                                                                        |                                    |
| 5. Ketchup łagodny Pudliszki (20g)                 |                                                                                        |                                    |
| 6. Owoc sezonowy (150g)                            |                                                                                        |                                    |

2026-07-07 Wtorek

| I śniadanie                                             | obiad                                                                                                       | podwieczorek                           |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| 1. Kawa zbożowa na mleku (jęczmień, żyto, mleko) (200g) | 1. Zupa grysikowa z natką pietruszki na wywarze warzywnym zabieleną mlekiem (pszenica, seler, mleko) (200g) | 1. Galaretka owocowa z ananasek (100g) |
| 2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)             | 2. Makaron pełnoziarnisty ugotowany (pszenica) (100g)                                                       |                                        |
| 3. Masło (mleko) (5g)                                   | 3. Sos mięsno-pomidorowy (150g)                                                                             |                                        |
| 4. Szynek z piersi kurczaka (gorczyca, soja) (20g)      | 4. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                                        |                                        |
| 5. Ogórek (30g)                                         |                                                                                                             |                                        |
| 6. Owoc sezonowy (130g)                                 |                                                                                                             |                                        |

2026-07-08 Środa

| I śniadanie                                | obiad                                                                                   | podwieczorek                             |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 1. Herbata owocowa niesłodzona (250g)      | 1. Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny mlekiem na wywarze warzywnym (seler) (200g) | 1. Arbuz (150g)                          |
| 2. Kajzerka (pszenica) (50g)               | 2. Pulpeciki z indyka gotowane (jaja, pszenica) (80g)                                   | 2. Rogalik orkiszowy (jaja, mleko) (35g) |
| 3. Masło (mleko) (5g)                      | 3. Sos koperkowy (mleko, pszenica) (50g)                                                |                                          |
| 4. Twarożek ze szczypiorkiem (mleko) (30g) | 4. Kasza bulgur ugotowana (pszenica) (100g)                                             |                                          |
| 5. 1/2 jajka na twardo (jaja) (30g)        | 5. Surówka z buraków (100g)                                                             |                                          |
| 6. Papryka czerwona (30g)                  | 6. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                    |                                          |
| 7. Owoc sezonowy (150g)                    |                                                                                         |                                          |

2026-07-09 Czwartek

| I śniadanie                                            | obiad                                                                                     | podwieczorek                                         |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 1. Kakao naturalne na mleku niesłodzone (mleko) (200g) | 1. Krem brokułowy zabieleny jogurtem z groszkiem ptysiowym (mleko, pszenica, jaja) (200g) | 1. Chleb wieloziarnisty (mąka pszenna, żytnia) (30g) |
| 2. Chleb pszenno-żytni (pszenica, żyto) (70g)          | 2. Gołąbki z mięsem i ryżem duszone (mleko) (120g)                                        | 2. Ser żółty (mleko) (20g)                           |
| 3. Masło (mleko) (5g)                                  | 3. Sos pomidorowy (pszenica) (50g)                                                        | 3. Masło (mleko) (3g)                                |
| 4. Ser twarogowy półtłusty (mleko) (30g)               | 4. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                      | 4. Pomidor (20g)                                     |
| 5. Dżem truskawkowy niskosłodzony (20g)                |                                                                                           |                                                      |
| 6. Owoc sezonowy (120g)                                |                                                                                           |                                                      |

2026-07-10 Piątek

| I śniadanie                                           | obiad                                                                                                     | podwieczorek                             |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 1. Owsianka na mleku (mleko, owoce) (200g)            | 1. Zupa krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze warzywnym zabieleną mlekiem (seler, jęczmień, mleko) (200g) | 1. Weka pszenna (20g)                    |
| 2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)           | 2. Paluszki rybne panierowane z mintaja (ryba, pszenica, jaja) (60g)                                      | 2. Serek naturalny Bieluch (mleko) (20g) |
| 3. Pasta z tuńczyka i jajek (ryba, jaja, mleko) (30g) | 3. Ziemniaki gotowane (100g)                                                                              | 3. Ogórek (20g)                          |
| 4. Masło (mleko) (5g)                                 | 4. Surówka z porów (100g)                                                                                 |                                          |
| 5. Ser żółty (mleko) (10g)                            | 5. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                                      |                                          |
| 6. Ogórek kwaszony (20g)                              |                                                                                                           |                                          |
| 7. Owoc sezonowy (60g)                                |                                                                                                           |                                          |

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Firma zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie.

2026-07-13 Poniedziałek

| I śniadanie                                   | obiad                                                                                           | podwieczorek                                       |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 1. Herbata owocowa niesłodzona (250g)         | 1. Zupa kalafiorowa z ciecierzycą na wywarze warzywnym zabieleną jogurtem (seler, mleko) (200g) | 1. Pieczywo chrupkie (pszenica, żyto, owies) (30g) |
| 2. Chleb pszenno-żytni (pszenica, żyto) (70g) | 2. Ryż brązowy ugotowany (100g)                                                                 | 2. Twarożek z rzodkiewką (30g)                     |
| 3. Masło (mleko) (5g)                         | 3. Koktajl truskawkowy na kefirze (mleko) (150g)                                                |                                                    |
| 4. Plasterki schabu pieczonego (20g)          | 4. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                            |                                                    |
| 5. Pomidor (20g)                              |                                                                                                 |                                                    |
| 6. Owoc sezonowy (130g)                       |                                                                                                 |                                                    |

2026-07-14 Wtorek

| I śniadanie                                             | obiad                                                                                        | podwieczorek                                                                           |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Kawa zbożowa na mleku (jęczmień, żyto, mleko) (200g) | 1. Zupa koperkowa z lanym ciastem na wywarze warzywnym (pszenica, jaja, mleko, seler) (200g) | 1. Jogurt naturalny z owocami i granolą (mleko, orzechy, owies, żyto, pszenica) (150g) |
| 2. Chleb pszenno-żytni (70g)                            | 2. Gulasz wieprzowy (100g)                                                                   |                                                                                        |
| 3. Masło (mleko) (5g)                                   | 3. Kasza jęczmienna ugotowana (100g)                                                         |                                                                                        |
| 4. Szynka wieprzowa gotowana (20g)                      | 4. Surówka z kapusty pekińskiej (mleko) (100g)                                               |                                                                                        |
| 5. Papryka czerwona (20g)                               | 5. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                         |                                                                                        |
| 6. Owoc sezonowy (150g)                                 |                                                                                              |                                                                                        |

2026-07-15 Środa

| I śniadanie                                 | obiad                                                                                      | podwieczorek                              |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 1. Herbata z cytryną niesłodzona (250g)     | 1. Krem pieczarkowy zabieleny jogurtem z grzankami razowymi (mleko, pszenica, żyto) (200g) | 1. Bulka grahamka (pszenica, żyto) (60g)  |
| 2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g) | 2. Mięso z udka kurczaka (80g)                                                             | 2. Masło (mleko) (5g)                     |
| 3. Masło (mleko) (5g)                       | 3. Ziemniaki gotowane (100g)                                                               | 3. Szynka z indyka (gorczyca, soja) (20g) |
| 4. Twarożek z koperkiem (mleko) (30g)       | 4. Mizeria z jogurtem (mleko) (100g)                                                       | 4. Ogórek kwaszony (20g)                  |
| 5. Rzodkiewka (10g)                         | 5. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                       |                                           |
| 6. Owoc sezonowy (90g)                      |                                                                                            |                                           |

2026-07-16 Czwartek

| I śniadanie                                            | obiad                                                                         | podwieczorek                                               |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 1. Kakao naturalne na mleku niesłodzone (mleko) (200g) | 1. Żurek z ziemniakami (mleko, pszenica, żyto, seler) (200g)                  | 1. Budyń na mleku (jaja, mleko) (150g)                     |
| 2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)            | 2. Łazanki z kapustą białą i kielbasą (pszenica, jaja, gorczyca, soja) (200g) | 2. Herbatniki pełnoziarniste (pszenica, jaja, mleko) (20g) |
| 3. Masło (mleko) (5g)                                  | 3. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                          |                                                            |
| 4. Ser żółty (mleko) (20g)                             |                                                                               |                                                            |
| 5. Pomidorki koktajlowe (30g)                          |                                                                               |                                                            |
| 6. Owoc sezonowy (150g)                                |                                                                               |                                                            |

2026-07-17 Piątek

| I śniadanie                                                        | obiad                                                                                                       | podwieczorek                                                    |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 1. Herbata z cytryną niesłodzona (250g)                            | 1. Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym zabieleną mlekiem (mleko, seler, pszenica, jaja) (200g) | 1. Pizzerinka z serem i warzywami (pszenica, mleko, jaja) (50g) |
| 2. Chleb pszenno-żytni (pszenica, żyto) (70g)                      | 2. Filet z miruny w panierce (ryba, jaja, pszenica) (80g)                                                   | 2. sok owocowy 100% bez dodatku cukru (200g)                    |
| 3. Masło (mleko) (5g)                                              | 3. Ziemniaki gotowane (100g)                                                                                |                                                                 |
| 4. Pasta jajeczna ze szczypiorkiem na jogurcie (jaja, mleko) (30g) | 4. Surówka z kapusty kiszzonej (100g)                                                                       |                                                                 |
| 5. Pomidor (20g)                                                   | 5. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                                        |                                                                 |
| 6. Owoc sezonowy (60g)                                             |                                                                                                             |                                                                 |

2026-07-20 Poniedziałek

| I śniadanie | obiad | podwieczorek |
|-------------|-------|--------------|
|-------------|-------|--------------|

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Firma zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie.

| I śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                       | obiad                                                                                                                                                                                                    | podwieczerek                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herbata owocowa niesłodzona (250g)<br>2. <b>Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)</b><br>3. <b>Masło (mleko) (5g)</b><br>4. <b>Szynka z piersi kurczaka (gorczyca, soja) (20g)</b><br>5. <b>Ser mozzarella (mleko) (10g)</b><br>6. Pomidor (20g)<br>7. Owoc sezonowy (130g) | 1. <b>Zupa grysikowa z fasolką szparagową na wywarze warzywnym (pszenica, seler, mleko) (200g)</b><br>2. <b>Pierogi z mięsem (pszenica, jaja) 5 sztuk (150g)</b><br>3. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. <b>Serek homogenizowany naturalny chudy (mleko) (150g)</b><br>2. Chrupki kukurydziane (10g) |

2026-07-21 Wtorek

| I śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | obiad                                                                                                                                                                                                                                    | podwieczerek                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. <b>Kawa zbożowa na mleku (jęczmień, żyto, mleko) (200g)</b><br>2. <b>Chleb wieloziarnisty (mąka pszenna, żytnia) (70g)</b><br>3. <b>Masło (mleko) (5g)</b><br>4. <b>Pasta z tuńczyka i jajek (ryba, jaja, mleko) (30g)</b><br>5. Plasterki schabu pieczonego (20g)<br>6. Ogórek kwaszony (20g)<br>7. Owoc sezonowy (75g) | 1. <b>Zupa krem z soczewicy zabieleną jogurtem z grzankami (mleko, pszenica, żyto) (200g)</b><br>2. <b>Makaron pełnoziarnisty ugotowany (pszenica) (100g)</b><br>3. Sos mięsno-pomidorowy (100g)<br>4. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. <b>Deser ala tiramisu z jogurtem, bananem i biszkoptem (pszenica, jaja, mleko) (100g)</b> |

2026-07-22 Środa

| I śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                        | obiad                                                                                                                                                                                                                                                                    | podwieczerek                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herbata z cytryną niesłodzona (250g)<br>2. <b>Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)</b><br>3. <b>Masło (mleko) (5g)</b><br>4. <b>Ser twarogowy półtłusty (mleko) (30g)</b><br>5. <b>Wędlina wieprzowa (gorczyca, soja) (20g)</b><br>6. Pomidorki koktajlowe (30g)<br>7. Owoc sezonowy (150g) | 1. <b>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze mięsno-warzywnym zabieleną mlekiem (seler, jęczmień, mlek (200g)</b><br>2. Schab wieprzowy w sosie własnym (80g)<br>3. Ziemniaki gotowane (100g)<br>4. Surówka z buraków (100g)<br>5. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. Mus owocowy 100% bez dodatku cukru (100g)<br>2. <b>Chalka niskosłodzona (pszenica, jaja, mleko) (20g)</b> |

2026-07-23 Czwartek

| I śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                              | obiad                                                                                                                                                                                           | podwieczerek                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. <b>Kakao naturalne na mleku niesłodzone (mleko) (200g)</b><br>2. <b>Chleb wieloziarnisty (mąka pszenna, żytnia) (70g)</b><br>3. <b>Masło (mleko) (5g)</b><br>4. <b>Twarożek ze szczypiorkiem (mleko) (30g)</b><br>5. Papryka czerwona (20g)<br>6. Owoc sezonowy (60g) | 1. <b>Kapuśniak z kwaszonej kapusty z kielbasą i ziemniakami (seler) (200g)</b><br>2. <b>Makaron z serem białym i malinami (pszenica, mleko) (200g)</b><br>3. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. <b>Chleb wieloziarnisty (mąka pszenna, żytnia) (30g)</b><br>2. <b>Masło (mleko) (3g)</b><br>3. <b>Szynka z piersi kurczaka (gorczyca, soja) (20g)</b><br>4. Papryka czerwona (10g) |

2026-07-24 Piątek

| I śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                | obiad                                                                                                                                                                                                                                                                             | podwieczerek                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Płatki kukurydziane z witaminami i żelazem (30g)<br>2. <b>Mleko 2% tł. (mleko) (200g)</b><br>3. <b>Chleb graham (pszenica, żyto) (70g)</b><br>4. <b>Masło (mleko) (5g)</b><br>5. <b>Ser żółty (mleko) (20g)</b><br>6. Papryka czerwona (20g)<br>7. Owoc sezonowy (150g) | 1. <b>Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną mlekiem (seler, mleko) (Szkola) (200g)</b><br>2. <b>Paluszki rybne panierowane z mintaja (ryba, pszenica, jaja) (60g)</b><br>3. Ziemniaki gotowane (100g)<br>4. Surówka z marchewki i jabłka (100g)<br>5. Kompot z owoców mieszanych (200g) | 1. <b>Drożdżówka z serem (mleko, pszenica, jaja) (50g)</b><br>2. Arbuz (150g) |

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Firma zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie.

## 2026-07-27 Poniedziałek

| I śniadanie                                        | obiad                                                                           | podwieczorek                                         |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 1. Herbata owocowa niesłodzona (250g)              | 1. Zupa grochowa z kielbasą i ziemniakami (seler, mleko, gorczyca, soja) (200g) | 1. Chleb wieloziarnisty (mąka pszenna, żytnia) (30g) |
| 2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g)        | 2. Naleśniki z serem białym (pszenica, jaja, mleko) 2 sztuki (200g)             | 2. Masło (mleko) (5g)                                |
| 3. Masło (mleko) (5g)                              | 3. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                            | 3. Ser mozzarella (mleko) (20g)                      |
| 4. Szynka z piersi kurczaka (gorczyca, soja) (20g) |                                                                                 | 4. Ogórek kwaszony (20g)                             |
| 5. Pomidor (20g)                                   |                                                                                 |                                                      |
| 6. Owoc sezonowy (120g)                            |                                                                                 |                                                      |

## 2026-07-28 Wtorek

| I śniadanie                                             | obiad                                                                                        | podwieczorek                            |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 1. Kawa zbożowa na mleku (jęczmień, żyto, mleko) (200g) | 1. Zupa jarzynowa z lanym ciastem na wywarze warzywnym (seler, mleko, jaja, pszenica) (200g) | 1. Kisiel b/c z jabłkiem utartym (150g) |
| 2. Chleb wieloziarnisty (mąka pszenna, żytnia) (70g)    | 2. Makaron z kurczakiem w sosie jogurtowo-szpinakowym (pszenica, mleko) (200g)               | 2. Biskopity okrągłe (20g)              |
| 3. Masło extra oselka (Przedszkole państwowe) (5g)      | 3. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                         |                                         |
| 4. Kielbasa żywiecka (20g)                              |                                                                                              |                                         |
| 5. 1/2 jajka na twardo (jaja) (30g)                     |                                                                                              |                                         |
| 6. Rzodkiewka (10g)                                     |                                                                                              |                                         |
| 7. Owoc sezonowy (180g)                                 |                                                                                              |                                         |

## 2026-07-29 Środa

| I śniadanie                                 | obiad                                                                                  | podwieczorek                              |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 1. Herbata z cytryną niesłodzona (250g)     | 1. Zupa krem z białych warzyw na wywarze mięsno-warzywnym z groszkiem ptysiowym (200g) | 1. Kajzerka (pszenica) (50g)              |
| 2. Pieczywo mieszane (pszenica, żyto) (70g) | 2. Kotlet drobiowy mielony saute (pszenica) (80g)                                      | 2. Szynka z indyka (gorczyca, soja) (20g) |
| 3. Masło (mleko) (5g)                       | 3. Ziemniaki gotowane (100g)                                                           | 3. Masło (mleko) (5g)                     |
| 4. Ser twarogowy półtłusty (mleko) (30g)    | 4. Mizeria z jogurtem (mleko) (100g)                                                   | 4. Pomidor (20g)                          |
| 5. Dżem truskawkowy niskosłodzony (20g)     | 5. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                   |                                           |
| 6. Owoc sezonowy (75g)                      |                                                                                        |                                           |

## 2026-07-30 Czwartek

| I śniadanie                                                         | obiad                                                                                | podwieczorek                                     |
|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 1. Kakao naturalne na mleku niesłodzone (mleko) (200g)              | 1. Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym zabiela mlekiem (seler, mleko) (200g) | 1. Gofr (mleko, jaja, pszenica) (50g)            |
| 2. Chleb pszenno-żytni (pszenica, żyto) (70g)                       | 2. Schab wieprzowy w sosie własnym (80g)                                             | 2. Koktajl truskawkowy na kefirze (mleko) (150g) |
| 3. Masło (mleko) (5g)                                               | 3. Kasza bulgur ugotowana (pszenica) (100g)                                          |                                                  |
| 4. Pasta z makreli i twarogu z natką pietruszki (mleko, ryba) (30g) | 4. Surówka coleslaw z jogurtem (mleko) (100g)                                        |                                                  |
| 5. Owoc sezonowy (70g)                                              | 5. . Kompot z owoców mieszanych (200g)                                               |                                                  |

## 2026-07-31 Piątek

| I śniadanie                                   | obiad                                                                                            | podwieczorek                           |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| 1. Herbata owocowa niesłodzona (250g)         | 1. Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (mleko, seler, pszenica, jaja) (200g) | 1. Ciasto marchewkowe (pszenica) (50g) |
| 2. Chleb pszenno-żytni (pszenica, żyto) (70g) | 2. Filet z miruny w panierce (ryba, jaja, pszenica) (80g)                                        | 2. jogurt naturalny (mleko) (120g)     |
| 3. Masło (mleko) (5g)                         | 3. Ziemniaki gotowane (100g)                                                                     |                                        |
| 4. Twarożek z rzodkiewką (30g)                | 4. Surówka z kapusty pekińskiej (100g)                                                           |                                        |
| 5. Ogórek (20g)                               | 5. Kompot z owoców mieszanych (200g)                                                             |                                        |
| 6. Owoc sezonowy (120g)                       |                                                                                                  |                                        |

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

Firma zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie.