



Jadłospis dla przedszkola na okres: 16.02.2026-20.02.2026 (T08)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), i plasterkiem sera żółtego gouda na liściu sałaty lodowej (30g)

- herbata malinowa (150ml)

OBİAD:

- żółta zupa krem z przecieranego grochu z chrupiącymi grzankami (250ml)
- włoskie penne (100g), z sosem napoli i mozzarellą (70g+25g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- bułeczka maślana (0), z miodem wielokwiatowym (20g)

- herbata z dzikiej róży (150ml)

WTOREK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb pszenno-żytni) (50g), z masłem (10g), i białym serkiem z delikatnymi kielkami rzodkiewki (30g)

- herbata aroniowa (150ml)

OBİAD:

- zupa koperkowa na wywarze warzywnym z ryżem i śmietaną (250ml)
- sznycel drobiowo-marchewkowy (70g), ziemniaki tłuczone (110g), colesław z delikatnym sosem (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- jogurt naturalny z truskawkami, bananem i nasionami chia (140g), biszkopty (2 szt.)

ŚRODA

ŚNIADANIE:

- 1 kanapka (chleb graham) (25g), z masłem (5g), szynką drobiową i pasieczkami żółtej i czerwonej papryki (15g+10g)
- kasza manna gotowana na mleku (200ml)
- herbata owocowa (150ml)

OBİAD:

- zabelana zupa pomidorowa z makaronem zacierką i natką zielonej pietruszki (250ml)
- miękkie kluseczki leniwe z masłem i cukrem (150g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1 kanapka (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (5g), pastą jajeczną ze szczypiorkiem i plasterkami ogórka kiszzonego (15g+10g)

- herbata żurawinowa (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), pieczonym pasztetem drobiowym (wyrób własny) i listkami rukoli (30g)

- herbata owoce leśne (150ml)

OBİAD:

- tradycyjna zabelana zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem (250ml)
- Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami (120g), ryż (100g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- naleśnik z jabłkami prażonymi oprószony cynamonem (1 szt.)

- woda (150ml)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- hot-dog z parówką wieprzową i keczupem (1szt), plasterki ogórka zielonego do pochrupania (0)

- herbata truskawkowa (150ml)

OBİAD:

- zupa z różyczkami brokuła i makaronem mała muszelka z dodatkiem śmietany (250ml)
- smażona ryba w panierce (70g), ziemniaki tłuczone (110g), surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- ciasto drożdżowe ze śliwkami i kokosową kruszonką (70g)

- woda (150ml)



Uwaga: ze względu na współdzielenie przestrzeni kuchennej oraz wyposażenia, mogą wystąpić zanieczyszczenia krzyżowe alergenami

Dane: C:\0_Menu_2026\KRAKOW\26T_08\STD\2026T08_BAMEN_K08.xlsx

Menu zatwierdzone przez kierownika dietetyków Twojego Zdrówka.

Posiłki produkowane są przez EDUCATER Sp. z o.o. w zakładzie w Zielonkach, ul. Jana Michalika 2.