

Jadłospis dla przedszkola na okres: 25.05.2026-29.05.2026 (T22)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), serem żółtym gouda i mieszanką zielonych listków rukoli, roszponki i szpinaku (30g)

- herbata truskawkowa (150ml)

OBIAD:

- czerwona zupa z soczewicy z chrupiącymi grzankami pszennymi i natką zielonej pietruszki (25g)
- spaghetti (100g), z sosem bolognese (80g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- wiosenne ciasto jogurtowe z rabarborem (70g)

- herbata owocowa (150ml)

WTOREK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), twarogiem z awokado i prażonym słonecznikiem (30g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- rosół z makaronem, marchewką i natką zielonej pietruszki (250ml)
- pulpet drobiowy w sosie koperkowym (70g+50g), kasza bulgur (90g), buraczki (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- żytne pieczywo chrupkie (2 szt.), z dżemem wiśniowym (25g), kalarepka do chrupania (0)

- woda (150ml)

ŚRODA

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), i szynką wieprzową na liściu sałaty lodowej (30g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą (250ml)
- makaronowe świderki z białym serem (100g+40g), polewa jogurtowa z truskawkami (50g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1/2 kajzerki (0), z masłem (5g), i pasztetem drobiowym zapieczonym z suszonymi pomidorami (15g)

- herbata owocowa (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb graham) (50g), z masłem (10g), z plasterkami jajka gotowanego na twardo ze szczypiorkiem (40g)

- herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- zabelana zupa kalafiorowa z makaronem muszelką i natką zielonej pietruszki (250ml)
- pieczona nóżka z kurczaka (1 szt.), ryż (100g), colesław (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- domowy pischinger z kremową masą toffi (1 szt.), jabłko do chrupania (1/4 szt.)

- woda (150ml)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), i twarogiem tzatziki z koperkiem (30g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- zabelana zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki (250ml)
- rybka smażona w panierce (70g), ziemniaki (110g), surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1 kanapka (chleb graham) (25g), z masłem (5g), polędwicą sopocką i papryką czerwoną (15g+10g)

- herbata owocowa (150ml)



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

Dane: C:\0_Menu_2026\KRAKOW\26T_22\STD\2026T22_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.