

Jadłospis dla przedszkola na okres: 22.06.2026-26.06.2026 (T26)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), szynką wieprzową, kolorową papryką i rzodkiewką (30g+20g)

- herbata truskawkowa (150ml)

OBIAD:

- krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami z dodatkiem natki zielonej pietruszki (250ml)
- penne (100g), z sosem napoli i wiórkami mozzarelli (70g+25g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- francuska cynamonka z jabłkiem (wyrób własny) (1 szt.), kalarepka do chrupania (0)

- woda (150ml)

WTOREK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), serem żółtym gouda i plasterkami ogórka zielonego (30g+20g)

- herbata z dzikiej róży (150ml)

OBIAD:

- kremowa zupa brokułowa z makaronem mała muszelka (250ml)
- pieczona nóżka z kurczaka (1 szt.), tłuczone ziemniaki (110g), surówką z marchewki i jabłka z dodatkiem soku pomarańczowego (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- puszyste pancakes z cukrem pudrem (1 szt.), jabłko do chrupania (1/4 szt.)

- woda (150ml)

ŚRODA

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), pasztetem drobiowo-wieprzowym zapieczonym z suszonymi pomidorami i plasterkami kiszzonego ogórka (30g+20g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- kapuśniak z ziemniakami i kielbaską wieprzową (250ml)
- ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (160g), polewa waniliowa (50g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1/2 kajzerki (0), z masłem (5g), i twarożkiem ze świeżym ogórkiem, pomidorem i rzodkiewką (15g)

- herbata owocowa (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- słodka bułeczka maślana (0), z powidłami śliwkowymi (30g)

- mleczne kakao naturalne (150ml)

OBIAD:

- zupa pomidorowa z makaronem i natką zielonej pietruszki (250ml)
- bitki wieprzowe w sosie własnym (60g+50g), kasza gryczana (90g), ogórek kiszony (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- domowy kisiel z wiśni (150g), biszkopty (10g)

- woda (150ml)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb słonecznikowy) (50g), z masłem (10g), i plasterkami jajka na twardo posypanymi szczypiorkiem (40g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- delikatna zupa grysikowa z natką zielonej pietruszki (250ml)
- rybka smażona w panierce (70g), tłuczone ziemniaki (110g), bukiet warzyw na parze (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1 kanapka (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (5g), i polędwicą sopocką na liściu z sałaty lodowej (15g)

- herbata truskawkowa (150ml)



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

Dane: C:\0_Menu_2026\KRAKOW\26T_25\STD\2026T26_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.