

# Jadłospis dla przedszkola na okres: 18.08-22.08.2025 (T34)

## PONIEDZIAŁEK

### ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weka) (0), z masłem (10g), serem żółtym i sałatą (30g)

- Herbata żurawinowa (150ml)

### OBIAD:

- Zupa przecierana z soczewicy z grzankami (250ml)
- Risotto z wieprzowiną i warzywami (160g), sos pomidorowy (50g), kompot owocowy (150ml)

### PODWIECZOREK:

- 1 kanapka (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (5g), wędliną i mixem warzyw (15g+10g)
- Herbata z dzikiej róży (150ml)

## WTOREK

### ŚNIADANIE:

- 1 kanapka (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (5g), dżemem owocowym (15g)

- płatki kukurydziane z mlekiem (200ml)
- Herbata owocowa (150ml)

### OBIAD:

- Zupa pomidorowa z makaronem (250ml)
- Pieczona nóżka z kurczaka (1 szt), ziemniaki (110g), domowa surówka z kapusty pekińskiej (50g), kompot owocowy (150ml)

### PODWIECZOREK:

- 1/2 kajzerki (0), z masłem (5g), smalczykiem z fasoli i papryką (15g+10g)
- Herbata aroniowa (150ml)

## ŚRODA

### ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki) (0), z masłem (10g), pastą jajeczną ze szczypiorkiem (30g)

- Herbata malinowa (150ml)

### OBIAD:

- Krupnik jęczmienny z mięsem i lubczykiem (250ml)
- Ryż z prażonymi jabłkami i cynamonem (160g), polewa waniliowa (50g), kompot owocowy (150ml)

### PODWIECZOREK:

- Domowy tost z serem, szynką i ketchupem (1 szt)
- Herbata owoce lasu (150ml)

## CZWARTEK

### ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki) (0), z masłem (10g), wędliną i rukolą (15g)

- Herbata owocowa (150ml)

### OBIAD:

- Zupa koperkowa z kaszą jagłana (250ml)
- kotlet schabowy (70g), ziemniaki (110g), ogórek kiszony (50g), kompot owocowy (150ml)

### PODWIECZOREK:

- Jabłko (1 szt), Biskopci (10g)
- Herbata aroniowa (150ml)

## PIĄTEK

### ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb słonecznikowy) (50g), z masłem (10g), twarogiem malinowym (wyrób własny) (30g)

- herbata owocowa (150ml)

### OBIAD:

- Zupa brokułowa z zacierką (250ml)
- Ryba panierowana (70g), ziemniaki (110g), kolorowy bukiet warzyw na parze (50g), kompot owocowy (150ml)

### PODWIECZOREK:

- Domowe ciasto ucierane z owocami (70g)
- Herbata malinowa (150ml)



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

Dane: C:\0\_MENU\_2025\25T\_34\STD\2025T34\_BAMEN\_K08.xlsx

Menu zatwierdzone przez kierownika dietetyków Twojego Zdrowka.

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