

Jadłospis dla przedszkola na okres: 01.09-05.09.2025 (T36)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

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

- Herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki (250ml)
- Racuszki z twarogiem, oprószone cukrem pudrem (2 szt) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1 kanapka (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (5g), wędliną drobiową i ogórkiem kiszonym (1)
- Herbata malinowa (150ml)

WTOREK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb graham) (50g), z masłem (10g), twarogiem tzatziki ze świeżym ogórkiem zielonym (30g)

- Herbata truskawkowa z poziomką (150ml)

OBIAD:

- Zupa przecierana z grochu łuskanego z grzankami (250ml)
- penne (100g), z sosem napoli i mozzarellą (70g+30g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Domowe tosty z serem, ketchupem domowym z cukinii i warzywami (1 szt)
- Herbata żurawinowa (150ml)

ŚRODA

ŚNIADANIE:

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

- Herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- Zupa ogórkowa z ziemniakami (250ml)
- Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (160g), z polewą waniliową (50g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1/2 kajzerki (0), z masłem (5g), pasztetem pieczonym i pomidorem (15g+10g)
- herbata z dzikiej róży (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chałka drożdżowa) (0), z powidłami śliwkowymi (30g)

- mleko (150ml)

OBIAD:

- Zupa kalafiorowa z makaronem i natką pietruszki (250ml)
- Gulasz z szynki wieprzowej (120g), kasza bulgur (100g), surówka z buraczków czerwonych (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Domowa pizzerinka na cieście francuskim (1 szt)
- herbata żurawinowa z marakuja (150ml)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weka) (0), z masłem (10g), wędliną i papryką czerwoną (30g+20g)

- herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- Zupa koperkowa z ryżem (250ml)
- Ryba panierowana (70g), ziemniaki (110g), surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Domowe ciasto ze śliwkami (70g)
- Herbata owocowa (150ml)



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

Dane: C:\0_MENU_2025\25T_36\STD\2025T36_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.