# Jadłospis dla przedszkola na okres: 08.09-12.09.2025 (T37)

## PONIEDZIAŁEK

*ŚNIADANIE:*
- 2 kanapki (weka pszenna) (50g), z masłem (10g), serem żółtym i papryką czerwoną (30g+20g)

- Herbata truskawkowa z poziomką (150ml)

*OBIAD:*
- Zupa pomidorowa z ryżem białym i natką pietruszki (250ml)
- Kokardki z sosem szpinakowo-śmietanowym, oprószone mozzarellą (140g)kompot owocowy (150ml)

*PODWIECZOREK:*
- Odżywczy koktajl bananowo-truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego z dodatkiem płatków ov
- woda (150ml)

## WTOREK

*ŚNIADANIE:*
- 2 kanapki (chleb pszenno-żytni) (50g), z masłem (10g), pastą tuńczykową, z białym serem i pomidorami (30g+20g)

- Herbata malinowa (150ml)

*OBIAD:*
- Zalewajka z ziemniakami (250ml)
- Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami (120g),ryż (100g)kompot owocowy (150ml)

*PODWIECZOREK:*
- 1 kanapka (chleb graham) (25g),z masłem (5g),wędliną i ogórkiem zielonym (15g+10g)
- herbata żurawinowa z marakują (150ml)

## ŚRODA

*ŚNIADANIE:*
- 2 kanapki (chleb słonecznikowy) (50g), z masłem (10g), pastą mięsną i ogórkiem kiszonym (30g+20g)

- Herbata malinowa (150ml)

*OBIAD:*
- Zupa brokułowa z makaronem (250ml)
- Pierogi ruskie (150g)Kompot owocowy (150ml)

*PODWIECZOREK:*
- Puszysty naleśnik z dżemem owocowym (1 szt)
- herbata owocowa (150ml)

## CZWARTEK

*ŚNIADANIE:*
- 2 kanapki (chleb wiejski z nasionami lnu) (50g), z masłem (10g), pasta kanapkowa z twarogu, szynki i rukoli (30g)

- kawa zbożowa Inka na mleku (150ml)

*OBIAD:*
- Zupa grysikowa ze świeżą natką pietruszki (250ml)
- Sznycelek drobiowy (70g),ziemniaki tłuczone (110g),ogórek kiszony (50g),kompot owocowy (150ml)

*PODWIECZOREK:*
- Jabłko (1 szt),Herbatniki (10g)
- herbata owocowa (150ml)

## PIĄTEK

*ŚNIADANIE:*
- Domowy hot-dog z ogorkiem zielonym i ketchupem (1 szt)

- herbata żurawinowa z marakują (150ml)

*OBIAD:*
- Krupnik jęczmienny z kurczakiem i lubczykiem (250ml)
- makaron z białym serem (100g+30g), sos jogurtowo-owocowy (50g)kompot owocowy (150ml)

*PODWIECZOREK:*
- Puszyste ciasto marchewkowe z polewą czekoladową (70g)
- Herbata z dzikiej róży (150ml)

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

*Dane: C:\0_MENU_2025\25T_37\STD\2025T37_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.