

Jadłospis dla przedszkola na okres: 22.09-26.09.2025 (T39)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb wiejski z nasionami lnu) (50g), z masłem (10g), polędwicą z kurczaka i sałatą lodową (30g)

- Herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- Zupa przecierana z grochu, z dodatkiem pomidorów, z grzankami (250ml)
- Makaron penne (100g), z sosem napoli, oprószone wiórkami mozzarelli z bazylią (70g+30g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Domowy budyń jaglany z sosem jagodowym (140g), paluchy kukurydziane (5g)

WTOREK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb graham) (50g), z masłem (10g), serem żółtym i mixem czerwonych warzyw (30g+20g)

- Herbata z dzikiej róży (150ml)

OBIAD:

- Zupa koperkowa z ryżem (250ml)
- Chrupiący kotlet schabowy, w panierce dodatkiem sezamu (70g), puree ziemniaczane z dodatkiem masła (110g), ogórek kiszony (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- banan (1 szt), podplomyk bez cukru do chrupania (1 szt)
- Herbata owocowa (150ml)

ŚRODA

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb słonecznikowy) (50g), z masłem (10g), pasztetem pieczonym z warzywami (wyrób własny) (30g)

- Herbata truskawkowa z poziomkami (150ml)

OBIAD:

- Zupa ze świeżej dyni i pieczonej papryki z zacierką (250ml)
- ryż z jabłkami prażonymi i żurawiną (160g), polewa jogurtowo-waniliowa (50g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1/2 kajzerki (0), z masłem (5g), serkiem kanapkowym z makrelą, pomidorami i świeżą natką pietr
- Herbata żurawiinowa (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chałki drożdżowej) (0), z masłem (5g), miodem (30g)

- Herbata owoce leśne (150ml)

OBIAD:

- Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną (zabielana śmietaną) (250ml)
- Łazanki z kapustą i wieprzowiną (160g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Tosty z serem żółtym i domowym ketchupem (1 szt)
- Herbata aroniowa (150ml)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb graham) (50g), z masłem (10g), pastą jajeczną i plasterkami ogórka zielonego (30g+20g)

- Herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- Zabielany barszcz ukraiński z ziemniakami i fasolą (250ml)
- Kolorowe leczo wielowarzywne z soczewicą czerwoną (120g), kasza kuskus (100g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Ciasto ucierane z owocami- wyrób własny (60g)
- Herbata owocowa (150ml)



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

Dane: C:\0_MENU_2025\25T_39\STD\2025T39_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.