

Jadłospis dla przedszkola na okres: 06.10-10.10.2025 (T41)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

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

- herbata wiśniowa (150ml)

OBIAD:

- Zupa kalafiorowa, zabelana z muszelkami (250ml)
- Risotto z wieprzowiną i warzywami (160g), sos pomidorowy (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Domowa bułeczka drożdżowa z serem (1 szt)
- Herbata owoce leśne (150ml)

WTOREK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), serem żółtym i pasieczkami papryki czerwonej (30g+20g)

- Herbata aroniowa (150ml)

OBIAD:

- Zupa koperkowa z kaszą jaglana (250ml)
- Pieczona nóżka z kurczaka (1 szt), ziemniaki (110g), surówka colesław z delikatnym sosem jogurtowo-majonezowym (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Jabłko (1 szt), Biskopty (10g)

ŚRODA

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb razowy) (50g), z masłem (10g), jajkiem gotowanym na twardo ze szczypiorkiem i rzodkiewką (40g+15g)

- Herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- Żurek z ziemniakami i kielbaską (250ml)
- Kokardki makaronowe z kremowym sosem szpinakowo-serowym, z dodatkiem śmietanki (140g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Chałka drożdżowa (kanapki) (2 szt), z powidłami śliwkowymi (30g)
- Kakao naturalne na mleku (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb mieszany z czarnuszką) (50g), z masłem (10g), pieczonym filetem z kurczaka i pomidorem (30g+20g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- Zupa brokułowa z zacierką (250ml)
- bitki wieprzowe w sosie własnym (60g+50g), kasza jęczmienna (100g), buraczki (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- Domowy pudding ryżowy a'la berliso z musem owocowym (140g), chrupki kukurydziane (5g)
- herbata truskawkowa (150ml)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki) (0), z masłem (10g), twarogiem z dodatkiem łososia, koperku z ogórkiem zielonym (30g+20g)

- herbata owoce leśne (150ml)

OBIAD:

- Zupa ogórkowa z ziemniakami (250ml)
- Pierogi ruskie (150g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1/2 kajzerki (0), z masłem (5g), pasztetem pieczonym z drobiu i soczewicy czerwonej i pomidorem (1:1)
- herbata owocowa (150ml)



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

Dane: C:\0_MENU_2025\25T_41\STD\2025T41_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.