

Jadłospis dla przedszkola na okres: 10.11-14.11.2025 (T46)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb wiejski z nasionami lnu) (50g), z masłem (10g), i szynką drobiową na liściu sałaty lodowej (30g)

- herbata wiśniowa (150ml)

OBIAD:

- zupa rosółowa na wywarze drobiowo-wołowym z włoszczyzną i makaronem zacierką (250ml)
- pierogi ruskie z omastą z podsmażoną cebulką (150g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- domowe ciasto ucierane z owocami czarnej porzeczki (70g)
- herbata owoce leśne (150ml)

WTOREK

ŚNIADANIE:

OBIAD:

- ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI (0)

PODWIECZOREK:

ŚRODA

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weka pszenna) (0), z masłem (10g), serem żółtym i ogórkiem zielonym (30g+20g)

- herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- zabelana zupa warzywny bukiet z makaronem muszelką i śmietaną (250ml)
- spaghetti (100g), z sosem bolońskim (80g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1/2 bułki z makiem (0), z masłem (5g), pastą z zielonego groszku z dodatkiem oliwy i świeżej mię
- herbata owocowa (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb razowy) (50g), z masłem (10g), i śniadaniową pastą z twarogu i tuńczyka z dodatkiem szczypiorku (30g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- tradycyjny krupnik z lubczykiem na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną i ziemniakami (250ml)
- delikatnie przyprawiona pieczona nóżka z kurczaka (1 szt.), puree ziemniaczane z masłem i koperkiem (110g), surówka wielowarzywna z zielonym ogórkiem i czerwoną papryką (50g), kompot

PODWIECZOREK:

- banan (1 szt.), biszkopty (10g)
- herbata truskawkowa (150ml)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb żytni) (50g), z masłem (10g), plasterkiem kiełbasy krakowskiej suchej i pomidorem (30g+20g)

- herbata owoce leśne (150ml)

OBIAD:

- zabelany barszcz czerwony z ziemniakami (250ml)
- ryż zapiekany z jabłkami prażonymi z dodatkiem cynamonu (160g), polewa z jogurtu naturalnego z nutą wanilii (50g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- paluch serowo-pomidorowy z ciasta francuskiego (1 szt.), plasterki ogórka zielonego do chrupania (3
- herbata owocowa (150ml)



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

Dane: C:\0_MENU_2025\25T_46\STD\2025T46_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.