

Jadłospis dla przedszkola na okres: 17.11-21.11.2025 (T47)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weka pszenna) (0), z masłem (10g), plasterkiem żółtego sera i liściem sałaty lodowej (30g)

- herbata wiśniowa (150ml)

OBIAD:

- biały barszcz z ziemniakami i kawałkami kielbaski wieprzową z dodatkiem śmietany i majeranku
- gęsty sos meksykański z mielonym mięsem z łopatki wieprzowej, kukurydzą, czerwoną papryką i fasolą z nutą czosnku i papryki wędzonej (120g), ryż (100g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- kakaowa muffinka z cukrem pudrem (1 szt.)
- herbata owoce leśne (150ml)

WTOREK

ŚNIADANIE:

- 1 kanapka (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (10g), i dżemem wiśniowym (15g)

- owsianka na mleku (200ml)
- herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- rosół na wywarze z mięsa wołowo-drobiowego i włoszczyzny z makaronem nitka (250ml)
- rolada drobiowa z farszem ze szpinaku i mozzarelli w sosie pieczeniowym (70g), puree ziemniaczane z masłem (110g), surówka z tartej marchewki z dodatkiem kawałków ananasa

PODWIECZOREK:

- smoothie truskawkowo-bananowe (140g), wafel ryżowy do chrupania (1 szt.)

ŚRODA

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (10g), i domowym twarogiem ze zmieloną rzodkiewką (40g)

- herbata malinowa (150ml)

OBIAD:

- zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z kaszą jaglaną, śmietaną i natką pietruszki (250ml)
- puszyste pancakes z cukrem pudrem (2 szt.) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1 kanapka (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (5g), szynką włoską i plasterkiem zielonego og
- herbata owocowa (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), plasterkami jajka gotowanego na twardo ze szczypiorkiem (40g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- zupa ze zmiękniętych brokułów z warzywami i makaronem małą muszelką (250ml)
- aromatyczny gulasz z kminkiem z szynki wieprzowej (120g), kasza jęczmienna (100g), ogórek kiszony krojony w słupki (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- domowy budyń z dodatkiem musu z mrożonych jagód (140g), paluch kukurydziany (1 szt.)
- herbata truskawkowa (150ml)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- Hot-dog: bułka pszenna z parówką wieprzową i keczupem pomidorowym (1 szt.), do pochrupiania miks papryki: czerwonej, zielonej i żółtej (0)

- herbata owoce leśne (150ml)

OBIAD:

- delikatna zupa grysikowa na wywarze z włoszczyzny z dodatkiem śmietany (250ml)
- smażona rybka panierowana (70g), ziemniaki puree z masłem (110g), tradycyjna surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem tartej marchewki i jabłka (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- shrekowe naleśnik z delikatnym serkiem śmietankowym na słodko (1 szt.)
- herbata owocowa (150ml)



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

Dane: C:\0_MENU_2025\25T_47\STD\2025T47_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.