

Jadłospis dla przedszkola na okres: 08.12-12.12.2025 (T50)

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), i plasterkiem żółtego sera na liściu sałaty lodowej (30g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- zielona zupa z brokuła z zacierką i odrobiną śmietany (250ml)
- aromatyczne włoskie risotto z kawałeczkami wieprzowiny, marchewką i zielonym groszkiem (160g), sos pomidorowy z ziołami (50g) woda (150ml)

PODWIECZOREK:

- domowa pizzerinka na cieście francuskim z szynką, papryką czerwoną i startym żółtym serem z
- herbata aroniowa (150ml)

WTOREK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chlebek gryczany) (50g), z masłem (10g), i tradycyjnym powidłem śliwkowym (30g)

- ciepłe mleko (150ml)

OBIAD:

- zabelana zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (250ml)
- pieczeń rzymska w delikatnym sosie ze świeżych pieczarek (70g+50g), puree ziemniaczane (110g), surówka z tartej marchewki i jabłka (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1 kanapka (chleb pszenno-żytni) (25g), z masłem (5g), szynką białą z indyka i zielonym ogórkiem
- herbata owocowa (150ml)

ŚRODA

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (weki pszennej) (0), z masłem (10g), i pasta ze zmielonej szynki z dodatkiem rukoli i majonezu (30g)

- herbata wiśniowa (150ml)

OBIAD:

- zabelany barszcz czerwony na wywarze warzywnym z ziemniakami i koperkiem (250ml)
- kluseczki leniwe z masłem i cukrem (150g) kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- 1/2 bułki grahamki (0), z masłem (5g), i twarogiem zmielonym ze świeżym pomidorem i posypać
- herbata owocowa (150ml)

CZWARTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb wiejski z nasionami lnu) (50g), z masłem (10g), poledwicą drobiową i ogórkiem kiszonym (30g+20g)

- herbata owocowa (150ml)

OBIAD:

- delikatna zupa grysikowa na wywarze wieprzowo-warzywnym (250ml)
- bitki wieprzowe w sosie własnym (60g+50g), kasza bulgur (100g), surówka z czerwonej kapusty i jabłka (50g), kompot owocowy (150ml)

PODWIECZOREK:

- mleczny deser jaglany z sosem wiśniowym z mrożonych owoców (150g), biszkopty (10g)

PIĄTEK

ŚNIADANIE:

- 2 kanapki (chleb razowy) (50g), z masłem (10g), pastą jajeczną i pasieczkami papryki czerwonej (30g+20g)

- herbata owoce leśne (150ml)

OBIAD:

- zabelana zupa pomidorowa z kaszą jaglaną i natką zielonej pietruszki (250ml)
- pierogi z serem (150g) woda (150ml)

PODWIECZOREK:

- placek razowiec z owocami czarnej porzeczki (70g)
- herbata malinowa (150ml)



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

Dane: C:\0_MENU_2025\25T_50\STD\2025T50_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.