

Jadłospis - PRZEDSZKOLE NR 5	
Okres	21.09.2026 - 25.09.2026
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
21.09.2026 Poniedziałek	Zupa mleczna (mleko) z płatkami owsianymi, żurawiną i płatkami migdałów, chleb graham (gluten) z masłem (mleko) i miodem. Herbata rumianek, słupki kalarepy.	Rosół z makaronem nitki (seler,mleko). Kotlet drobiowy (gluten, jaja), pure ziemniaczane (mleko), mizeria na jogurcie naturalnym (mleko). Kompot wielowocowy.	Pizza z wędliną, serem żółtym i sosem pomidorowo-zielonym (gluten, jaja, mleko), herbata z pomarańczą.
22.09.2026 Wtorek	Kanapka zrób to sam: pieczywo mieszane - pszenne, orkiszowe (gluten) z masłem (mleko), szynka wędzona, ser żółty, rukola, ogórek, rzodkiewka, kukurydza, kawa inka (mleko). Herbata mięta, cząstki arbuza.	Żurek z ziemniakami, jajkiem i białą kiebasą (seler,mleko). Naleśniki (gluten, jaja, mleko) z dżemem owocowym i twarogiem (mleko). Woda z pomarańczą.	Chleb słonecznikowy (gluten) z pasztetem drobiowo-warzywnym - wyrób własny (mleko) i papryką czerwoną, herbata z cytryną.
23.09.2026 Środa	Jaglanka na mleku (mleko, gluten) z polewą truskawkową (mleko), chleb orkiszowy (gluten) z masłem (mleko). Herbata melisa, słupki marchewki.	Zupa porowa z ryżem na wywarze warzywnym zabelana (seler, mleko). Schab w sosie własnym (gluten), kluski śląskie (gluten), surówka z czerwonej kapusty, jabłka i cebuli z jogurtem naturalnym (mleko). Kompot wielowocowy	Budyń kakaowy - wyrób własny (mleko, gluten), maliny, wafle pszenno-ryżowe (gluten).
24.09.2026 Czwartek	Jajecznica na maśle (jaja, mleko) ze szczypiorkiem, pomidorki koktajlowe, chleb pszenny (gluten) z masłem (mleko), kawa inka (mleko). Herbata z miodem, cząstki pomarańczy.	Zupa grochowa na wywarze warzywnym (seler) z ziemniakami, Risotto warzywne z papryką kolorową, cukinią, pieczarkami i kukurydzą. Woda z miętą.	Shake mleczny wiśniowo-orzechowy (mleko), talarki maślane.
25.09.2026 Piątek	Wek (gluten) z masłem (mleko), serem żółtym, sałatą, pomidorem i szczypiorkiem, kawa inka (gluten). Herbata z żurawiną, śliwki.	Zupa krem z brokułów na wywarze warzywnym zabelana (seler, mleko) z grzankami (gluten). Ryba po grecku (ryby), kasza bulgur (gluten), fasolka szparagowa gotowana na parze. Kompot wielowocowy.	Mus z prażonych jabłek z bitą śmietaną (mleko), herbatniki (gluten).

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, pieprz ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, kminek, zioła prowansalskie, papryka słodka.

Dzieciom bez ograniczeń jest podawana woda źródlana.

W nawiasach alergeny.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor