

Tygodniowy jadłospis przedszkolny 12-16.10.2026

	Poniedziałek 12.10	Wtorek 13.10	Środa 14.10	Czwartek 15.10	Piątek 16.10
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku (płatki ryżowe, mleko2%) Pieczywo orkiszowe Masło extra Szynka krucha Papryka, ogórek kiszony Herbata z cytryną	Kakao na mleku (kakao, mleko 2%) Pieczywo razowe Masło extra Filet z indyka wędzony Rzodkiewka, ogórek zielony	Płatki owsiane na mleku (płatki owsiane, mleko2%) Pieczywo kanapkowe Masło extra Polędwica wiejska Pomidorki koktajlowe, sałata lodowa Herbata owocowa	Kawa zbożowa na mleku (kawa zbożowa, mleko2%) Bułka jaglana Masło extra Kiełbaska krakowska Papryka, kalarepa	Płatki orkiszowe na mleku (płatki orkiszowe, mleko 2%) Pieczywo żytnie z dynią Pasta z ciecierzycy i pomidorów suszonych Ogórek kiszony, pomidor Herbata z cytryną
	Jabłka	Gruszka	Śliwki	Jabłka	Gruszka
Obiad	Zupa kalafiorowa z kuskusem perłowym (marchew, pietruszka, seler, por, kalafior, kuskus perłowy, śmietana 18%) Medaliony (mięso z piersi kurczaka, bułka tarta, jaja) Ziemniaki puree (ziemniaki, mleko2%) Mizeria z jogurtem śmietankowym Mięta	Zupa gulaszowa (marchew, pietruszka, seler, por, mięso z szynki wieprzowej, kiełbaska, ziemniaki, pomidory, papryka) Risotto z groszkiem zielonym (ryż, groszek zielony, cebulka) Surówka z kapusty kiszonej i buraczków Rumianek	Zupa solferino z makaronem (marchew, pietruszka, seler, por, pomidory, makaron) Babka ziemniaczana z kiełbaską (ziemniaki, cebula, kiełbaska) Surówka z pora, marchwi, jabłka i kukurydzy z sosem majonezowo-jogurtowym Sok jabłkowy tłoczony	Zupa krem z dyni ze słonecznikiem (marchew, pietruszka, seler, por, dynia, ziemniaki, pestki słonecznika) Gulasz z szynki wieprzowej (mięso z szynki wieprzowej, mąka orkiszowa) Kasza gryczana palona Sałata lodowa z papryką i ogórkiem zielonym z jogurtem Herbata ziołowa	Zupa z soczewicy (marchew, pietruszka, seler, por, soczewica) Ryba po grecku z warzywami (Miruna, mąka orkiszowa, marchewka, pietruszka, pomidory) Ziemniaki Melisa
	Pieczywo mieszane Serek almette z pomidorami Kalarepa, pomidorki koktajlowe Herbata owocowa	Bułka maślana Jogurt skyr z brzoskwiniami (wyrób własny)	Pieczywo wieloziarniste Masło extra Szynka z indyka Ogórek zielony, papryka Herbata owocowa	Ryż z prażonym jabłkiem Herbata owocowa	Pieczywo graham Masło extra Ser żółty Papryka kolorowa Herbata owocowa
Podwieczorek	Banan	Marchewka	Banan	Arbuz	Kiwi