Tygodniowy jadłospis przedszkolny

30.11-04.12.2026

	Poniedziałek 30.11	Wtorek 01.12	Środa 02.12	Czwartek 03.12	Piątek 04.12
Śniadanie	• Płatki jęczmienne na mleku (płatki jęczmienne, mleko 2%) • Pieczywo orkiszowe • Masło • Szynka ze wsi • Papryka, kalarepa • Herbata z cytryną Jabłka	• Kakao na mleku (kakao, mleko 2%) • Pieczywo domowe • Masło • Szynka biała • Ogórek zielony, pomidorki Gruszka	• Płatki orkiszowe na mleku (płatki orkiszowe, mleko 2%) • Bułka kukurydziana • Masło • Łosoś wędzony • Papryka, ogórek kiszony • Herbata owocowa Jabłka	• Kawa zbożowa (kawa zbożowa, mleko 2%) • Pieczywo kanapkowe • Masło • Kiełbasa krakowska • Pomidorki, rzodkiewka Banan	• Makaron na mleku • Pieczywo ze słonecznikiem i siemieniem • Masło • Ser żółty • Ogórek zielony, papryka • Herbata z cytryną Kiwi
Obiad	• Zupa kapuśniak (wywar warzywny, kapusta kiszona, ziemniaki) • Pulpety z indyka w sosie śmietanowym (mięso z udźca indyka, cebula, czosnek, jaja, bułka tarta, śmietanka 12%, mąka orkiszowa) • Kasza bulgur • Ćwikła (buraki, chrzan) • Melisa	• Zupa rosół z makaronem (wywar mięsno-warzywny, makaron) • Nuggetsy (mięso z piersi kurczaka, bułka tarta, mąka orkiszowa) • Ziemniaki • Sałata lodowa z rzodkiewką i sosem jogurtowo-czosnkowym • Mięta	• Zupa wielowarzywna (wywar mięsno-warzywny, brokuły, kalafior, brukselka, fasolka szparagowa, śmietanka 12%) • Placki ziemniaczane (ziemniaki, jaja, cebula) • Jogurt śmietankowy • Surówka z ogórka kiszonego, pomidora i papryki • Herbata ziołowa	• Zupa krem z cukinii z pestkami słonecznika (wywar warzywny, ziemniaki, cukinia, śmietanka 12%, prażone pestki słonecznika) • Ciecierzyca w sosie pomidorowym (ciecierzyca, cebula, czosnek, passata pomidorowa) • Ryż • Ogórek zielony • Sok jabłkowy tłoczony	• Zupa solferino (wywar warzywny, przecier pomidorowy, makaron) • Ryba (Miruna) z pieca • Ziemniaki puree (ziemniaki, mleko 2%) • Bukiet jarzyn z masłem (kalafior, brokuły, masło) • Rumianek
Podwieczorek	• Serek wiejski z mango • Paluch pszenny • Herbata owocowa Banan	• Jogurt naturalny z owocami leśnymi (jogurt naturalny, jagody, borówka, truskawka) • Wafle ryżowe Marchewka	• Pieczywo wieloziarniste • Pasta mięsna • Pomidorki koktajlowe • Herbata owocowa Banan	• Frankfurterki • Pieczywo razowe • Masło • Papryka • Herbata owocowa Gruszka	• Cynamonki • Koktajl mleczno-jogurtowy z brzoskwiniami (mleko 2%, jogurt naturalny, brzoskwinie) Marchewka