Tygodniowy jadłospis przedszkolny

09-13.11.2026

	Poniedziałek 09.11	Wtorek 10.11	Środa 11.11	Czwartek 12.11	Piątek 13.11
Śniadanie	• Płatki jaglane na mleku (płatki jaglane, mleko 2%) • Pieczywo kanapkowe • Masło • Wędlina • Papryka, ogórek kiszony • Herbata z cytryną Jabłka	• Kakao na mleku (mleko 2%, kakao) • Pieczywo ze słonecznikiem i siemieniem • Masło • Kiełbaska krakowska • Pomidorki, kalarepa Gruszka	Dzień wolny	• Kawa zbożowa na mleku (mleko 2%, kawa zbożowa) • Bułka szpinakowa • Masło • Szynka wiejska • Ogórek zielony, rzodkiewka Banan	• Płatki kukurydziane na mleku (mleko 2%, płatki kukurydziane) • Pieczywo orkiszowe • Serek śmietankowy • Pomidorki, kalarepa • Herbata z cytryną Jabłka
Obiad	• Zupa zagraj (marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kukurydza) • Pulpety z cielęciną w sosie pomidorowym (łopatka wieprzowa, cielęcina, jaja, bułka tarta, cebula, przecier pomidorowy, mąka orkiszowa) • Kasza kuskus • Ogórek zielony • Melisa	• Zupa pomidorowa z ryżem (marchew, pietruszka, seler, por, passata pomidorowa, śmietana 12%, ryż) • Pieczone udko z kurczaka • Ziemniaki • Surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka z majonezem • Herbata ziołowa		• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, buraki, śmietana 12%) • Zapiekanka makaronowa z jabłkami (makaron pełnoziarnisty, jaja, jabłka) • Surówka z marchewki z jogurtem śmietankowym • Rumianek	• Zupa z soczewicy (marchew, pietruszka, seler, por, soczewica) • Paluszki rybne z dorsza • Ziemniaki • Surówka z kapusty kiszonej • Mięta
Podwieczorek	• Budyń waniliowy do picia (mleko 2%, laska wanilii, skrobia ziemniaczana) • Chrupki kukurydziane Banan	• Jogurt naturalny z borówkami (jogurt naturalny, borówki) • Maca pszenna Marchewka		• Pieczywo razowe • Pasta z makreli (makrela, twaróg) • Papryka kolorowa • Herbata owocowa Gruszka	• Chałka • Zdrowa nutella (banan, awokado, kakao, daktyle) • Mleko Suszone jabłuszka