



PONIEDZIAŁEK - 08.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 10g (7), pomidor 20g, ogórek kiszony 20g, papryka 20g, rukola 5g	
ser żółty 15g (7)	
szynka drobiowa 15g	
kakao na mleku 200ml (7)	
Zupa	
zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, masło, sól, pieprz, zioła (gotowanie), natka
Podwieczorek	
jabłko 100g	
wafel ryżowy 1szt	
II danie	
penne z kurczakiem i fasolką w sosie pomidorowym 180g	makaron, filet z kurczaka, fasolka szparagowa, pomidory, sól, pieprz, zioła (gotowanie)
kompot wielowocowy 200ml	woda, malina, pończuszka czerwona, pończuszka czarna, śliwka, agrest, wiśnia, cukier (gotowanie)

WTOREK - 09.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i wieloziarnisty 40g (1), masło 10g (7), pomidorki koktajlowe 20g, ogórek 20g, rzodkiewka 20g, sałata 5g	
ser biały 15g (7)	
pieczony schab - wyrób własny 20g	schab, sól, pieprz, papryka, majeranek, zioła prowansalskie, czosnek (pieczenie)
zupa mleczna z zacierkami 200ml (1,3,7)	
herbata owocowa 200ml	
Zupa	
zupa ryżowa na kurczaku 250ml (9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, kurczak, ryż, sól, pieprz, zioła (gotowanie), koperek
Podwieczorek	
banan 100g	
ciastko owsiane - wyrób własny 40g (1,3,7)	jaja, mąka, płatki owsiane, cukier, masło, soda oczyszczona (pieczenie)
II danie	
gotówki bez zawijania z sosem pomidorowym 180g (1)	kapusta, ryż, topatka wieprzowa, pomidory, sól, pieprz, zioła (gotowanie/pieczenie))
ziemniaki puree z koperkiem 100g (7)	ziemniaki, masło, mleko, sól (gotowanie)
kompot wiśniowy 200ml	woda, wiśnie, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 10.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i grahamka 40g (1), masło 10g (7), papryka 20g, biała rzodkiew 20g, marchewka 20g, kiełki 5g	
hummus z ciecierzycy - wyrób własny 20g (11)	ciecierzyca, czosnek, sezam, oliwa, sok z cytryny, sól, pieprz (gotowanie)
kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7)	
Zupa	
barszcz ukraiński 250ml (9)	woda, kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, buraki, kapusta, fasolka, ziemniaki, sól, pieprz, zioła (gotowanie), natka
Podwieczorek	
legumina z musem malinowym 150ml (1,7)	kasza manna, mleko (gotowanie), cukier, maliny
II danie	
kotlet jajeczny z pieczarkami i szczypiorkiem 70g (1,3,7)	jaja, pieczarki, ser żółty, cebula, bułka tarta, szczypiorek, sól, pieprz, papryka, olej rzepakowy (smażenie)
kasza pęczak z masłem 100g (7)	kasza pęczak, sól (gotowanie), masło
surówka coleslaw 60g	kapusta, marchew, cebula, jogurt, sok z cytryny, sól, pieprz
sok jednodniowy Pyłek 150ml	jabłko, pomarańcza, cytryna, kurkuma

W kuchni wykorzystywane są produkty, które mogą być zanieczyszczone lub zawierać śladowe ilości pozostałych alergenów pokarmowych niewymienionych w Załączniku nr II Rozporządzenia 1169/2011 (pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach).

Przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Do każdego posiłku woda do picia.



CZWARTEK - 11.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i dyniowy 40g (1), masło 10g (7), pomidor 20g, ogórek 20g, rzodkiewka 20g, roszponka 5g	
ser żółty 15g (7)	
pasztet pieczony - wyrób własny 20g (3)	kurczak, marchew, pietruszka, seler, cebula, jaja, sól, pieprz, zioła (pieczenie)
płatki kukurydziane na mleku 200ml (1,7)	
herbata miętowa 200ml	
Zupa	
zupa pomidorowa z ryżem 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, pomidory, masło, mąka pszenna, sól, pieprz zioła, ryż (gotowanie), natka
Podwieczorek	
mandarynka 100g	
wafel kukurydziany 1szt	
II danie	
kotlet z dorsza 70g (1,3,4)	dorsz, sól, pieprz, bułka tarta, jaja, mąka pszenna, olej rzepakowy, (pieczenie)
ziemniaki z koperkiem 100g	ziemniaki, sól (gotowanie), koperek
surówka z kiszonej kapusty 60g	kiszona kapusta, marchew
kompot truskawkowy 200ml	woda, truskawki, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 12.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i kajzerka 40g (1), masło 10g (7), pomidorki koktajlowe 20g, papryka 20g, biała rzodkiew 20g, szczypiorek 5g	
ser biały 15g (7)	
kiełbasa krakowska 15g	
kakao na mleku 200ml (7)	
Zupa	
zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, fasolka szparagowa, ziemniaki, sól, pieprz, zioła (gotowanie), natka
Podwieczorek	
melon 100g	
pieczywo chrupkie 1 szt (1)	
II danie	
naleśniki z serem i polewą jogurtowo-truskawkową - wyrób własny 2szt/50ml (1,3,7)	mleko, jaja, mąka, sól, cukier, olej rzepakowy (smażenie), tawróg, truskawki, jogurt 2%
kompot jabłkowy 200ml	woda, jabłka, cukier (gotowanie)

W kuchni wykorzystywane są produkty, które mogą być zanieczyszczone lub zawierać śladowe ilości pozostałych alergenów pokarmowych niewymienionych w Załączniku nr II Rozporządzenia 1169/2011 (pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach).

Przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Do każdego posiłku woda do picia.



PONIEDZIAŁEK - 15.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 10g (7), pomidor 20g, ogórek kiszony 20g, papryka 20g, rukola 5g	
ser żółty 15g (7)	
szynka drobiowa 15g	
kakao na mleku 200ml (7)	
Zupa	
zupa szczawiowa z jajkiem 250ml (1,3,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, szczaw, masło, jogurt 10%, sól, pieprz, jajko (gotowanie)
Podwieczorek	
deser ryżowy z polewą truskawkową - wyrób własny 150g (7)	ryż, mleko, cukier (gotowanie), truskawki
II danie	
kotlet pożarski 70g (1,3)	filet z kurczaka, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, zioła, olej rzepakowy (smażenie)
ziemniaki z koperkiem 100g	woda, ziemniaki, sól (gotowanie), koperek
fasolka szparagowa na parze 40g	fasolka szparagowa, sól (gotowanie na parze)
surówka z czerwonej kapusty 40g	czerwona kapusta, olej lniany, sól, pieprz
kompot wielowocowy 200ml	woda, malina, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, śliwka, agrest, wiśnia, cukier (gotowanie)

WTOREK - 16.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i wieloziarnisty 40g (1), masło 10g (7), pomidorki koktajlowe 20g, ogórek 20g, rzodkiewka 20g, sałata 5g	
ser biały 15g (7)	
pieczony schab - wyrób własny 20g	schab, sól, pieprz, papryka, majeranek, zioła prowansalskie, czosnek (pieczenie)
zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml (1,7)	
herbata owocowa 200ml	
Zupa	
zupa krem z buraków z pestkami słonecznika 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, buraki, masło, natka pietruszki, sól, pieprz, zioła (gotowanie), pestki słonecznika
Podwieczorek	
nektaryna 100g	
wafel ryżowy 1szt	
II danie	
spaghetti bolognese z wiórkami sera 180g (1,7,9)	makaron, łopatka wieprzowa, koncentrat pomidorowy, pomidory pelati, cebula, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, zioła (gotowanie), ser żółty
kompot wiśniowy 200ml	woda, wiśnie, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 17.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i grahamka 40g (1), masło 10g (7), papryka 20g, biała rzodkiew 20g, marchewka 20g, kiełki 5g	
smalec z fasoli z cebulką - wyrób własny 20g (11)	biała fasola (gotowanie), cebula, olej rzepakowy (duszenie), sól, pieprz
kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7)	
Zupa	
rosół z kurczaka z makaronem i natką pietruszki 250ml (1,9)	woda, kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, zioła, makaron (gotowanie), natka
Podwieczorek	
banan 100g	
pieczywo chrupkie 1szt (1)	
II danie	
panierowany filet z miruny 70g (1,3,4)	miruna, sól, pieprz, bułka tarta, jajka, mąka pszenna, olej rzepakowy, (pieczenie)
ziemniaki z koperkiem 100g	ziemniaki, sól (gotowanie), koperek
bukiet warzyw na parze 60g	brokuł, kalafior, marchewka baby (gotowanie na parze), masło, sezam
sok jednodniowy Minionkowy 150ml	jabłko, mirabelak, marchew, cytryna

W kuchni wykorzystywane są produkty, które mogą być zanieczyszczone lub zawierać śladowe ilości pozostałych alergenów pokarmowych niewymienionych w Załączniku nr II Rozporządzenia 1169/2011 (pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach).

Przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Do każdego posiłku woda do picia.



CZWARTEK - 18.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i dyniowy 40g (1), masło 10g (7), pomidor 20g, ogórek 20g, rzodkiewka 20g, roszponka 5g	
jajko na twardo 1/2 szt (3)	
pieczony filet z indyka - wyrób własny 20g	filet z indyka, sól, pieprz, papryka, majeranek, zioła prowansalskie, czosnek (pieczenie)
płatki kukurydziane na mleku 200ml (1,7)	
herbata miętowa 200ml	
Zupa	
zupa gulaszowa z łopatką wieprzową 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, łopatka wieprzowa, papryka, pomidory, jogurt 10%, sól, pieprz, zioła (gotowanie), natka
Podwieczorek	
weka 20g (1), masło 5g (7)	
powidła śliwkowe- wyrób własny 20g	śliwki, cukier (smażenie)
II danie	
leczo warzywne z kiełbaską 180g	cukinia, pomidory, kiełbasa śląska, fasola jaś, marchew, papryka 3 kolory, cebula, sól, pieprz, zioła (gotowanie)
ryż 100g	woda, ryż, sól (gotowanie)
kompot truskawkowy	woda, truskawki, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 19.04.2024

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i kajzerka 40g (1), masło 10g (7), pomidorki koktajlowe 20g, papryka 20g, biała rzodkiew 20g, szczypiorek 5g	
ser biały 15g (7)	
kiełbasa krakowska 15g	
kakao na mleku 200ml (7)	
Zupa	
krem z brokułów z pestkami słonecznika 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, brokuły, jogurt 10%, mąka pszenna, sól, pieprz (gotowanie), pestki słonecznika
Podwieczorek	
jabłko 100g	
wafel kukurydziany 1szt	
II danie	
pierogi leniwe z jogurtem 180g (1,3,7)	mąka, jaja, twaróg, sól, masło, jogurt 10%
surówka z marchewki z jabłkiem 80g	marchew, jabłko, cukier, sok z cytryny

W kuchni wykorzystywane są produkty, które mogą być zanieczyszczone lub zawierać śladowe ilości pozostałych alergenów pokarmowych niewymienionych w Załączniku nr II Rozporządzenia 1169/2011 (pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach).

Przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Do każdego posiłku woda do picia.