


PONIEDZIAŁEK - 23.06.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 20g, ogórek kiszony 20g, papryka 15g, rukola 2g	
ser żółty 15g (7)	
szynka drobiowa 15g	
kakao na mleku 200ml (7)	mleko, kakao, cukier (gotowanie)
Zupa	
zupa porowo-ziemniaczana 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, jogurt 10%, sól, pieprz, zioła (gotowanie), koper
Podwieczorek	
świeże truskawki z jogurtem 100g (7)	
biszkopty 2szt (1,3,7)	
II danie	
łazanki z łopatką wieprzową 180g (1)	łopatka wieprzowa, cebula, kapusta kiszona, makaron, sól, pieprz, zioła (gotowanie)
kompot jabłkowy 200ml	woda, jabłka, cukier (gotowanie)

WTOREK - 24.06.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i wieloziarnisty 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 20g, ogórek 20g, rzodkiewka 10g, sałata 2g	
kiełbasa krakowska 20g	
biały ser 15g (7)	
zupa mleczna z zacierkami 200ml (1,3,7)	mleko, makaron, sól (gotowanie)
herbata owocowa 200ml	woda, herbata owocowa, cukier
Zupa	
zupa krem z pieczonej papryki z grzankami 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, pomidory, papryka, masło, sól, pieprz, zioła, (gotowanie), chleb, olej (smażenie)
Podwieczorek	
warzywa w słupkach do chrupania z dipem czosnkowym - wyrób własny 60g/40ml (7)	ogórek, papryka, marchew, kalarepa, jogurt 10%, sól, pieprz, czosnek
II danie	
kotlet schabowy 70g (1,3)	schab, sól, pieprz, majeranek, jajo, mąka, bułka tarta, olej (smażenie)
ziemniaki z koperkiem 100g	ziemniaki, woda, sól (gotowanie), koper
mizéria 60g (7)	ogórki, śmietana, sól, pieprz, koper
kompot truskawkowy 200ml	woda, truskawki, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 25.06.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i grahamka 40g (1), masło 15g (7), papryka 15g, kalarepa 20g, marchewka 20g, kiełki 2g	
pieczony schab - wyrób własny 20g	schab, sól, pieprz, papryka, majeranek, zioła prowansalskie, czosnek (pieczenie)
pasta twarogowa z brokułem 15g - wyrób własny (7)	brokuł (gotowanie), twaróg, sól, pieprz, zioła
kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7)	mleko, kawa zbożowa, cukier (gotowanie)
Zupa	
rosół z makaronem 250ml (1,3,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, kurczak, sól, pieprz, zioła, makaron (gotowanie), natka
Podwieczorek	
budyń z malinami - wyrób własny 150ml (7)	mąka ziemniaczana, mleko, cukier, maliny (gotowanie)
wafel kukurydziany 1szt	
II danie	
ryż z kurczakiem, fasolką szparagową i brokułem na parze 180g (7)	ryż, fasolka, brokuł, woda, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie)
sok jednodniowy Królewski 150ml	jabłko, 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 - 26.06.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i dyniowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 20g, ogórek 20g, rzodkiewka 10g, roszponka 2g	
pasta drobiowo-warzywna z jajkiem - wyrób własny 20g (3,9)	kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, jaja, majonez, sól, pieprz, zioła (gotowanie)
ser żółty 15g (7)	
płatki kukurydziane na mleku 200ml (7)	mleko (gotowanie) płatki kukurydziane
herbata miętowa 200ml	herbata miętowa, woda, cukier
Zupa	
zupa krem z brokułów (9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, brokuły, ziemnaki, sól, pieprz, zioła(gotowanie), natka
Podwieczorek	
ciastko żytnie - wyrób własny 40g (1,3,7)	jaja, mąka żytnia, cukier, masło, soda oczyszczona (pieczenie)
jabłko 100g	
II danie	
kotlet rybny 70g (1,3,4)	miruna, sól, pieprz, majeranek, jajo, mąka, bułka tarta, olej (smażenie)
ziemniaki z koperkiem 100g	ziemniaki, woda, sól (gotowanie), koper
marchewka baby na parze z sezamem 60g (7,11)	marchew, sól, masło sezam (gotowanie)
kompot wieloowocowy 200ml	woda, malina, porzeczka czerwona, czarna, śliwka, agrest, wiśnia, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 27.06.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i kajzerka 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 20g, papryka 15g, biała rzodkiew 20g, szczypiorek 2g	
twarożek z brzoskwiniami - wyrób własny 15g (7)	twaróg, jogurt, brzoskwinia, cukier
kiełbasa krakowska 20g	
kakao na mleku 200ml (7)	kakao, mleko, cukier (gotowanie)
Zupa	
zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, masło, natka pietruszki, sól, pieprz, zioła (gotowanie), natka
Podwieczorek	
brownie z czerwonej fasoli - wyrób własny 40g (3,7)	czerwona fasola, kakao, oliwa, jaja, banan, miód, soda, cynamon
kiwi 100g	
II danie	
makaron z serem i polewą jogurtowo-truskawkową (1,7)	woda, makaron, sól (gotowanie), jogurt, twaróg, truskawki, cukier
kompot śliwkowy 200ml	woda, śliwki, cukier (gotowanie)

Alergeny występujące w posiłkach:

1. **zboża zawierające gluten** (pszenica, jęczmień, owies, orkisz oraz produkty pochodne)
2. **skorupiaki** i produkty pochodne
3. **jaja** i produkty pochodne
4. **ryby** i produkty pochodne
5. **orzeszki ziemne** i produkty pochodne
6. **soja** i produkty pochodne
7. **mleko** i produkty pochodne
8. **orzechy** (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamia i produkty pochodne)
9. **seler** i produkty pochodne
10. **gorczyca** i produkty pochodne
11. **nasiona sezamu** i produkty pochodne
12. **dwutlenek siarki i siarczyny** w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO₂
13. **tubin** i produkty pochodne
14. **mięczaki** i produkty pochodne

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 alergen występujący w posiłkach).

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

Do każdego posiłku woda do picia.



PONIEDZIAŁEK - 30.06.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 20g, ogórek kiszony 20g, papryka 15g, rukola 2g	
ser żółty 15g (7)	
szynka drobiowa 15g	
kakao na mleku 200ml (7)	mleko, kakao, cukier (gotowanie)
Zupa	
pomidorowa z makaronem 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, masło, pomidory, makaron, sól, pieprz, zioła,(gotowanie), natka
Podwieczorek	
kisiel z jabłkiem do picia - wyrób własny 200ml	woda, mąka ziemniaczana, sok jabłkowy, jabłko, cukier
wafel kukurydziany 1szt	
II danie	
jajko sadzone 1szt (3)	jajo, sól, pieprz, masło (pieczenie)
surówka z marchewki z jabłkiem 60g	marchew, jabłko, cukier, sok z cytryny
kompot truskawkowy 200ml	woda, truskawki, cukier (gotowanie)

WTOREK - 01.07.2025

Przerwa wakacyjna

ŚRODA - 02.07.2025

Przerwa wakacyjna

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.