



2

PONIEDZIAŁEK - 25.08.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek kiszony 25g, papryka 25g, sałata 5g ser żółty 15g (7) szynka drobiowa 15g kakao na mleku 200ml (7)	mleko, kakao, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa krem z kukurydzy z grzankami 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, kukurydza, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), chleb, oliwa (pieczenie)
Podwieczorek	
Pudding ryżowy 100ml - wyrób własny Jabłko 100g	mleko, ryż, cukier (gotowanie)
II danie	
Kaszotto z pieczarkami, ciecierzycą i rukolą 180g Kompot truskawkowy 200ml	woda, kasza gryczana, pieczarki, ciecierzycza, sól, pieprz (gotowanie), masło, rukola woda, truskawki, cukier (gotowanie)

WTOREK - 26.08.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i wieloziarnisty 40g (1), masło 15g (7), pomidorki pomidorki koktajlowe 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, rukola 5g ser biały 15g (7) pieczony filet z indyka - wyrób własny 20g kasza manna na mleku 200ml (1,7) herbata owocowa 200ml	filet z indyka, sól, pieprz, papryka, majeranek, zioła prowansalskie, czosnek (pieczenie) mleko, kasza manna (gotowanie) woda, herbata owocowa, cukier
Zupa	
Zupa z fasolki szparagowej 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, fasolka szparagowa, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Ciastko owsiane 2szt - wyrób własny (1,3,7) Winogrona 100g	jaja, mąka pszenna, płatki owsiane, cukier, masło, soda oczyszczona (pieczenie)
II danie	
Filet z łososia 80g (1,3,4) Ziemniaki puree z koperkiem 100g (7) Surówka z kiszonej kapusty 80g Kompot wieloowocowy 200ml	łosoś, jaja, mąka pszenna, sól, pieprz (pieczenie) woda, ziemniaki, sól (gotowanie), masło, jogurt, koper kiszona kapusta, marchew, olej lniany woda, malina, pończotka czerwona, pończotka czarna, śliwka, agrest, wiśnia, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 27.08.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 15g (7), papryka 25g, kalarepa 25g, marchewka 25g, kiełki 5g pasta jajeczna z makrelą 20g (3,4,7) kiełbasa krakowska 20g kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7)	jaja (gotowanie), twaróg, wędzona makrela, sól, pieprz, zioła mleko, kawa zbożowa, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa krem z białych warzyw z pestkami słonecznika 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, kalafior, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), słonecznik, natka
Podwieczorek	
Wafel ryżowy 1szt Banan 100g	
II danie	
Leczo warzywne z kiełbasą 100g Ryż 100g Sok jednodniowy Pomarańczowa Kraina 150ml (9)	cukinia, marchew, papryka, pomidory, pieczarki, kiełbasa śląska, sól, pieprz, zioła (gotowanie) woda, ryż, sól (gotowanie) jabłko, pomarańcza, seler naciowy

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 - 28.08.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i dyniowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, rozspanka 5g ser żółty 15g (7) kabanos 20g płatki kukurydziane na mleku 200ml (7) herbata miętowa 200ml	mleko (gotowanie) płatki kukurydziane herbata miętowa, woda, cukier
Zupa	
Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, ogórki kiszane, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Owsiane kulki mocy - wyrób własny 20g (7) Arbuz 100g	płatki owsiane, kakao, śmietanka, masło, cukier
II danie	
Makaron z indykiem i warzywami 180g (1,7)	woda, makaron, filet z indyka, fasolka szparagowa, brokuł, marchew, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie)
Kompot wiśniowy 200ml	woda, wiśnie, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 29.08.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i kajzerka 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 25g, papryka 25g, biała rzodkiew 25g, szczypiorek 5g parówka na ciepło z ketchupem 1szt biały ser 15g kakao na mleku 200ml (7)	jajo, marchew, pietruszka, seler, (gotowanie), majonez, koper, sól, pieprz kakao, mleko, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, pomidory, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, zioła, masło, ryż (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Kabanosy 30g Warzywa w słupkach z dipem czosnkowym - wyrób własny 60g/40ml	ogórek, papryka, marchew, kalarepa, jogurt, sól, pieprz, czosnek
II danie	
Naleśniki z serem i polewą jogurtową 2szt i owocami 100g (1,3,7) Lemoniada 200ml	mąka pszenna, mleko, jaja, cukier, cukier waniliowy (smażenie), jogurt, truskawki woda, cytryna, limonka, cukier

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. **orzyszki 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. **łubin** 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 alergeny występujące w posiłkach).

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

Do każdego posiłku woda do picia.



1

PONIEDZIAŁEK - 01.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek kiszony 25g, papryka 25g, rukola 5g ser żółty 15g (7) szynka drobiowa 15g kakao na mleku 200ml (7)	mleko, kakao, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa szczawiowa z jajkiem 250ml (3,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, szczaw, jajko, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Salatka owocowa 150g Paluch drożdżowy z sezamem 40g (1,11)	banan, kiwi, winogrona, brzoskwinia
II danie	
Zapiekany ryż z jabłkami 180g (7) Kompot wieloowocowy 200ml	ryż, jabłka, cukier, cynamon, rodzynki (pieczenie), jogurt, truskawki, cukier woda, malina, pończuszka czerwona, pończuszka czarna, śliwka, agrest, wiśnia, cukier (gotowanie)

WTOREK - 02.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i wieloziarnisty 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, sałata 5g ser biały 15g (7) pieczony schab - wyrób własny 20g kleik ryżowy na mleku 200ml (7) herbata owocowa 200ml	schab, sól, pieprz, papryka, majeranek, zioła prowansalskie, czosnek (pieczenie) mleko, płatki ryżowe (gotowanie) woda, herbata owocowa, cukier
Zupa	
Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Ciastko żytnie - wyrób własny 20g (1,3,7) Banan 100g	mąka żytnia, jaja, masło, cukier, proszek do pieczenia, cukier waniliowy (pieczenie)
II danie	
Panierowany filec z miruny 80g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 100g Fasolka szparagowa na parze z bułką tartą na maśle 80g (1,7) Sok jednodniowy 150ml	miruna, jaja, mąkapszenna, bułka tarta, sól, pieprz, olej rzepakowy (smażenie) woda, ziemniaki, sól (gotowanie) koper fasolka szparagowa, sól, cukier (gotowanie na parze), bułka tarta, masło (smażenie)

ŚRODA - 03.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 15g (7), papryka 25g, kalarepa 25g, marchewka 25g, kiełki 5g twarożek brzoskwinowy - wyrób własny 20g (7) kiełbasa krakowska 20g kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7)	twaróg, brzoskwinie, culier mleko, kawa zbożowa, cukier (gotowanie)
Zupa	
Rosół z kurczaka makaronem 250ml (1,3,7,9)	woda, kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, zioła, makaron (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Pieczywo chrupkie 1 szt (1) Brzoskwinia z jogurtem 100g (7)	
II danie	
Pieczone udko z kurczaka 80g Ryż 100g Surówka z kapusty pekińskiej 80g Kompot wiśniowy 200ml	kurczak, sól, pieprz, zioła, cebula, olej rzepakowy (pieczenie) ryż, woda, sól (gotowanie) kapusta pekińska, marchew, papryka, kukurydza, sól, pieprz, natka, olej lniany woda, wiśnie, 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.



CZWARTEK - 04.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i dyniowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, roszponka 5g pasta warzywno-drobiowa - wyrób własny 20g (9) żółty ser 20g	kurczak, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, zioła (gotowanie)
płatki kukurydziane na mleku 200ml (7) herbata miętowa 200ml	mleko (gotowanie) płatki kukurydziane herbata miętowa, woda, cukier
Zupa	
Zupa krem z zielonego groszku 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, groszek, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Biskopki 2szt (1,3,7) Jabłko 100g	
II danie	
Schab w sosie własnym 80g (1) Kasza jęczmienna 100g (1) Ogórek kiszony Kompot jabłkowy 200ml	schab, sól, pieprz, zioła, mąka pszenna, woda (gotowanie) woda, kasza jęczmienna, sól (gotowanie) woda, jabłka, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 05.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i kajzerka 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 25g, papryka 25g, biała rzodkiew 25g, szczypiorek 5g biały ser 15g (7) parówka na ciepło z ketchupem 1szt jajko na twardo 1/2szt (3) kakao na mleku 200ml (7)	kakao, mleko, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa gotąbkowa z ryżem 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, kapusta, koncentrat pomidorowy, ryż, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Legumina z kaszy manny z musem malinowym 200ml (1,7)	kasza manna, mleko, cukier (gotowanie), maliny
II danie	
Pierogi ruskie z cebulką na maśle 180g (1,3,7) Kompot śliwkowy 200ml	mąka pszenna, twaróg, jaja, sól, pieprz (gotowanie), cebula, masło (smażenie) 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. **łubin** 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 alergeny występujące w posiłkach).

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

Do każdego posiłku woda do picia.