



3

PONIEDZIAŁEK - 08.09.2025

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	
Rosolnik z ryżem i koperkiem 250ml (7,9)	woda, kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, zioła, ryż (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Budyń z malinami - wyrób własny 200ml	mleko, mąka ziemniaczana, cukier (gotowanie), maliny
II danie	
Pulpeciki z dorsza w sosie pomidorowym 80g (1,3,4,7)	dorsz, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, sól, pieprz, przecier pomidorowy, śmietana (gotowanie)
Ziemniaki z koperkiem 100g	woda, ziemniaki, sól (gotowanie), koper
Marchewka z groszkiem na maśle 80g (7)	marchew, groszek, masło, sól, pieprz (duszenie)
Kompot jabłkowy 200ml	woda, jabłka, cukier (gotowanie)

WTOREK - 09.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i wieloziarnisty 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, sałata 5g sałatka jarzynowa z jajkiem - wyrób własny 30g (3,9) pieczony schab - wyrób własny 20g owsianka na mleku 200ml (7) herbata owocowa 200ml	marchew, pietruszka, seler, papryka, jaja (gotowanie), sól, pieprz, zioła, majonez schab, sól, pieprz, papryka, majeranek, zioła prowansalskie, czosnek (pieczenie) mleko, płatki owsiane (gotowanie) woda, herbata owocowa, cukier
Zupa	
Barszcz 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, buraki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Brownie z czerwonej fasoli - wyrób własny 40g (3,7) Mandarynka 100g	czerwona fasola, kakao, oliwa, jaja, banan, miód, soda, cynamon
II danie	
Pieczona łopatka wieprzowa 80g	łopatka wieprzowa, sól, pieprz, zioła (pieczenie)
Kasza jęczmienna 100g (1)	woda, kasza jęczmienna, sól (gotowanie)
Marchewka baby z sezamem (11)	marchew, woda, sól (gotowanie na parze), sezam
Kompot śliwkowy 200ml	woda, śliwki, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 10.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 15g (7), papryka 25g, kalarepa 25g, marchewka 25g, kiełki 5g pasta z czerwonej fasoli z cebulką 20g żółty ser 20g (7) kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7)	czerwona fasola, cebula, sól, pieprz mleko, kawa zbożowa, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, fasolka, brokuł, kalafior, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Wafel kukurydziany z nutellą bananową - wyrób własny 1szt	banany, kakao, miód
II danie	
Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym 3szt (1,3,7)	ziemniaki, cebula, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jaja, sól, pieprz, olej rzepakowy (smażenie)
Sok jednodniowy Elikzir Elfów 150ml	jabłko, gruszka, czerwona porzeczka

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 - 11.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i dyniowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, roszonek 5g ser żółty 15g (7) kiełbasa krakowska 20g płatki kukurydziane na mleku 200ml (7) herbata miętowa 200ml	mleko (gotowanie) płatki kukurydziane herbata miętowa, woda, cukier
Zupa	
Żurek z kiełbasą 250ml (1,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, zakwas żytni, sól, pieprz, zioła, kiełbasa śląska (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Pieczone jabłko z rodzynkami i cynamonem 100g	jabłko, cynamon, rodzynki (pieczenie)
II danie	
Makaron z kurczakiem i warzywami na parze 180g (1,7) Kompot truskawkowy 200ml	woda, makaron, filet z kurczaka, brokuł, marchew, kalafior, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie) woda, truskawki, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 12.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i kajzerka 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 25g, papryka 25g, biała rzodkiew 25g, szczypiorek 5g jajko na twardo 1/2szt (3) biały ser 15g kakao na mleku 200ml (7)	jajo, marchew, pietruszka, seler, (gotowanie), majonez, koper, sól, pieprz kakao, mleko, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa krem z marchewki z pestkami słonecznika 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), słonecznik, natka
Podwieczorek	
Chałka z miodem 20g (1) Śliwki 100g	
II danie	
Gulasz wołowy 80g (1) Kluski śląskie 100g (3) Surówka z czerwonej kapusty 80g Kompot wielowocowy 200ml	wołowina, cebula, sól, pieprz, zioła, mąka pszenna, woda (gotowanie) ziemniaki, mąka ziemniaczana, jaja, sól, pieprz (gotowanie) czerwona kapusta, sól, pieprz, olej lniany woda, malina, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, śliwka, agrest, wiśnia, 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.



4

PONIEDZIAŁEK 15.09.2025

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	
Krupnik na kurczaku 250ml (1,9)	woda, kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kasza jęczmienna, sól, pieprz, zioła (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Kisiel do picia - wyrób własny 200ml Jabłko 100g	woda, mąka ziemniaczana, sok porzeczkowy, cukier (gotowanie)
II danie	
Spaghetti z sosem neapolitańskim 180g (1,7) Lemoniada 200ml	woda, makaron, sól (gotowanie), koncentrat pomidorowy, czosnek, bazyliagotowanie), ser woda, cytryna,, limonka, cukier

WTOREK - 16.09.2025

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 fileć z indyka - wyrób własny 20g kleik ryżowy na mleku 200ml (7) herbata owocowa 200ml	fileć z indyka, sól, pieprz, papryka, majeranek, zioła prowansalskie, czosnek (pieczenie) mleko, płatki ryżowe (gotowanie) woda, herbata owocowa, cukier
Zupa	
Zupa krem z pieczonej papryki z peskami dyni 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, papryka, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), pestki dyni, 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 fileć z kurczaka 80g (1,3) Kasza jęczmienna z masłem 100g (1,7) Groszek na maśle 80g Kompot wiśniowy 200ml	fileć z kurczaka, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, sól, pieprz, zioła, olej rzepakowy (smażenie) woda, kasza jęczmienna, sól, „masło (gotowanie) Groszek, masło, sól, pieprz (duszenie) woda, wiśnie, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 17.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i razowy 40g (1), masło 15g (7), papryka 25g, kalarepa 25g, marchewka 25g, kiełki 5g pasta twarogowo-jajeczna 20g (3,7) kabanos 20g kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7)	jaja (gotowanie), twaróg, sól, pieprz, zioła 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	
Pieczewo chrupkie 1 szt (1) Jogurt z truskawkami 150ml/100g (7)	
II danie	
Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (1,3,7) Sok jednodniowy Czerwony Smok 150ml	ryż, kapusta, łopata wieprzowa, cebula, bułka tarta, jaja sól, pieprz, zioła (smażenie) jabłko, mandarynka, papryka, marchew

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 - 18.09.2025

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(gotowanie), koper, sól, pieprz
płatki kukurydziane na mleku 200ml (7) herbata miętowa 200ml	mleko (gotowanie) płatki kukurydziane herbata miętowa, woda, cukier
Zupa	
Zupa szpinakowa z fetą 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, szpinak, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), ser feta, natka
Podwieczorek	
Biskopki 2szt (1,3,7) Kiwi 100g	
II danie	
Filet z miruny 80g (1,3,4) Ziemniaki puree z koperkiem 100g (7) Surówka z kalarepy 80g Kompot jabłkowy 200ml	miruna, jaja, mąka pszenna, sól, pieprz (pieczenie) woda, ziemniaki, sól (gotowanie), masło, jogurt, koper kalarepa, olej lniany, sól, pieprz woda, jabłka, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 19.09.2025

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i grahamka 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 krem z pomidorów z czerwoną soczewicą i pestkami słonecznika 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, pomidory, czerwona soczewica, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), słonecznik
Podwieczorek	
Legumina z kaszy manny z musem malinowym 200ml (1,7)	kasza manna, mleko, cukier (gotowanie), maliny
II danie	
Kopytka z bułką tartą 180g (1,3,7) Surówka z marchewki i jabłka 80g Kompot śliwkowy 200ml	ziemniaki, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, sól, pieprz (gotowanie), bułka tarta, masło (smarowanie) marchew, jabłko, cukier, sok z cytryny 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.