



1

PONIEDZIAŁEK - 16.02.2026

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 25g (7) gotowany filet z indyka 25g kakao na mleku 200ml (7) rodzynki 10g	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	
Banan 100g Paluch drożdżowy z sezamem 40g (1,11)	
II danie	
Zapiekany ryż z jabłkami i polewą jogurtową 180g (7) Kompot wieloowocowy 200ml	ryż, jabłka, cukier, cynamon, rodzynki (pieczenie), jogurt, truskawki, cukier woda, malina, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, śliwka, agrest, wiśnia, cukier (gotowanie)

WTOREK - 17.02.2026

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 25g (7) połudwica sopocka 25g kleik ryżowy na mleku 200ml (7) herbata owocowa 200ml	mleko, płatki ryżowe, sól (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 2szt (1,3,7) Jabłko 100g	mąka żytnia, jaja, masło, cukier, proszek do pieczenia, cukier z wanilią (pieczenie)
II danie	
Pieczony filet z miruny 80g (1,3,4) Ziemniaki z koperkiem 100g Surówka z kiszonej kapusty 80g Kompot wiśniowy 200ml	miruna, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, sól, pieprz, olej rzepakowy (pieczenie) woda, ziemniaki, sól (gotowanie), koper kiszona kapusta, marchew woda, wiśnie, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 18.02.2026

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i dyniowy 40g (1), masło 15g (7), papryka 25g, kalarepa 25g, marchewka 25g, kiełki 5g jajecznica na maśle ze szczypiorkiem 60g (3,7) kabanos 25g kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7) suszone śliwki 20g	jaja, masło, sól, pieprz (smażenie), szczypiorek mleko, kawa zbożowa, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa krem z pieczonej papryki z pestkami dyni 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, papryka, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), pestki dyni, natka
Podwieczorek	
Wafel kukurydziany 1szt Jogurt wiśniowy - wyrób własny 100g (7) Ananas 100g	
II danie	
Pieczone udko z kurczaka 80g Ryż 100g Surówka z kapusty pekińskiej 80g Sok jednodniowy Pyłek 150ml	kurczak, sól, pieprz, zioła, cebula, olej rzepakowy (pieczenie) ryż, woda, sól (gotowanie) kapusta pekińska, marchew, papryka, kukurydza, sól, pieprz, natka, olej lniany 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 - 19.02.2026

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i słonecznikowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, roszponka 5g szynka wieprzowa 25g pasta twarogowo jajeczna - wyrób własny 25g (7,3) płatki kukurydziane na mleku 200ml (7) herbata miętowa 200ml pestki dyni 10g	twaróg, jaja, przyprawy mleko (gotowanie) płatki kukurydziane herbata miętowa, woda, cukier
Zupa	
Zupa gotąbkowa z ryżem 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, kapusta, koncentrat pomidorowy, ryż, sól, zioła, masło (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Kisiel do picia z jabłkiem - wyrób własny 200ml Batonik zbożowy 40g (1)	woda, sok porzeczkowy, mąka ziemniaczana, cukier (gotowanie), jabłko
II danie	
Bitki wieprzowe 80g (1,3) Kasza gryczana 100g Ogórek kiszony 1szt Kompot jabłkowy 200ml	karkówka, sól, pieprz, zioła, mąka pszenna, jaja, bułka tarta (smażenie/gotowanie) woda, kasza gryczana, sól (gotowanie) woda, jabłko, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 20.02.2026

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i kajzerka 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 25g, papryka 25g, biała rzodkiew 25g, szczypiorek 5g kiełbasa krakowska 25g biały ser 25g kakao na mleku 200ml (7) pestki słonecznika 10g	jajo, marchew, pietruszka, seler, (gotowanie), majonez, koper, sól, pieprz kakao, mleko, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa krem z zielonego groszku 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, groszek, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło, śmietanka (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Legumina z kaszy manny z musem malinowym - wyrób własny 100ml (1,7) winogrona 100g	kasza manna, mleko, cukier (gotowanie), maliny
II danie	
Placki ziemniaczane z jogurtem 3szt (1,3,7) Kompot wielowocowy 200ml	ziemniaki, cebula, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jaja, sól, pieprz, olej rzepakowy (smażenie) 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.



6

PONIEDZIAŁEK - 23.02.2026

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 25g (7) szynka wieprzowa 25g kakao na mleku 200ml (7) pestki słonecznika 10g	mleko, kakao, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa grochowa z kielbaską (90% mięsa) 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, groch, ziemniaki, kielbasa śląska, sól, pieprz, zioła, śmietanka (gotowanie),
Podwieczorek	
Budyń waniliowy 150ml - wyrób własny Jabłko 100g	mleko, mąka ziemniaczana, cukier z wanilią (gotowanie)
II danie	
Potrąwka z kurczaka z groszkiem marchewką i jajkiem 180g (1,3,7,9)	woda, kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, groszek, masło, mąka pszenna, jaja, sól, pieprz, zioła (gotowanie)
Ziemniaki z koperkiem 100g	woda, ziemniaki, sól (gotowanie), koper
Kompot truskawkowy 200ml	woda, truskawki, cukier (gotowanie)

WTOREK - 24.02.2026

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 25g (7) gotowany filet z indyka 25g zupa mleczna z zacierkami 200ml (1,3,7) herbata owocowa 200ml	mleko, makaron, sól (gotowanie) woda, herbata owocowa, cukier
Zupa	
Zupa rybna 250ml (4,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, czosnek, pomidory, sok z cytryny, dorsz, sól, pieprz, zioła (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Chiałka z masłem i miodem 40g (1,7) Mleko 150ml (7) Kiwi 100g	jaja, mąka pszenna, płatki owsiane, cukier, masło, soda oczyszczona (pieczenie)
II danie	
Kotlet mielony 80g (1,3) Ziemniaki puree z koperkiem 100g (7) Surówka z kiszonej kapusty 80g	dorsz, jaja, mąka pszenna, sól, pieprz (pieczenie) woda, ziemniaki, sól (gotowanie), masło, jogurt, koper kiszona kapusta, marchew, olej lniany
Kompot wieloowocowy 200ml	woda, malina, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, śliwka, agrest, wiśnia, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 25.02.2026

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i dyniowy 40g (1), masło 15g (7), papryka 25g, kalarepa 25g, marchewka 25g, kiełki 5g dżem truskawkowy - wyrób własny 25g kielbasa krakowska 25g kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7) suszone śliwki 20g	truskawki, cukier (smażenie) mleko, kawa zbożowa, cukier (gotowanie)
Zupa	
Zupa krem z brokułów z pestkami słonecznika 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, śmietanka (gotowanie), słonecznik, natka
Podwieczorek	
Wafel kukurydziany z nutellą bananową - wyrób własny 1szt Mandarynka 100g	banan, kakao, miód
II danie	
Leczo warzywne z kielbaską (90% mięsa) 160g	cukinia, marchew, papryka, pomidory, pieczarki, kielbasa śląska, sól, pieprz, zioła (gotowanie)
Ryż 100g	woda, ryż, sól (gotowanie)
Sok jednodniowy Filemon 150ml	jabłko, gruszka, szpinak, limonka

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 - 26.02.2026

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i słonecznikowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, roszonek 5g ser żółty 15g (7) pasztet drobiowy 25g płatki kukurydziane na mleku 200ml (7) herbata z miodem i cytryną 200ml pestki dyni 10g	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	
Brownie z czerwonej fasoli - wyrób własny 40g (3,7) Mus owocowy 100g	czerwona fasola, kakao, oliwa, banan, jaja, miód, soda, cukier puder
II danie	
Makaron z warzywami fetą 180g (1,7) Kompot wiśniowy 200ml	woda, makaron, sól (gotowanie), brokuł, kalafior, marchewka, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), ser feta, natka woda, wiśnie, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 27.02.2026

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 z szynki (95% mięsa) z ketchupem 1szt twarożek brzoskwinowy - wyrób własny 25g (7) kakao na mleku 200ml (7) rodzynki 10g	twaróg, brzoskwinia, jogurt 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	
Kabanos 25g Warzywa w słupkach z dipem czosnkowym - wyrób własny 70g/40ml (7)	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, brzoskwinia 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. **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.