



5

PONIEDZIAŁEK - 2.02.2026

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 krem z kukurydzy z grzankami z chleba razowego 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kukurydza, sól, pieprz, zioła, śmietana (gotowanie), natka, chleb razowy
Podwieczorek	
Jogurt truskawkowy - wyrób własny 150ml Chałka 40g (1,3)	
II danie	
Gulasz wieprzowy 80g (1)	łopatka wieprzowa, sól, pieprz, zioła, woda, mąka pszenna (gotowanie)
Kasza gryczana 100g	woda, kasza gryczana, sól (gotowanie)
Fasolka szparagowa 80g	fasolka, woda, sól, cukier (gotowanie)
Kompot truskawkowy 200ml	woda, truskawki, cukier (gotowanie)

WTOREK - 3.02.2026

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) polędwica sopocka 25g kasza jaglana na mleku 200ml (7) herbata owocowa 200ml	mleko, kasza jaglana (gotowanie) woda, herbata owocowa, cukier
Zupa	
Zupa krem z białych warzyw z pestkami słonecznika 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kalafior, sól, pieprz, zioła, śmietana (gotowanie), natka, słonecznik
Podwieczorek	
Ciastko owsiane 2szt - wyrób własny (1,3,7) Banan 100g	jaja, mąka pszenna, płatki owsiane, cukier, masło, soda oczyszczona (pieczenie)
II danie	
Makaron z kurczakiem i sosem pieczarkowym 180g (7)	woda, makaron, filet z kurczaka, pieczarki, cebula, śmietana, sól, pieprz, zioła (gotowanie), natka, koper
Kompot wieloowocowy 200ml	woda, malina, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, śliwka, agrest, wiśnia, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 4.02.2026

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	
Krupnik na kurczaku 250ml (1,7,9)	woda, kurczak, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kasza jęczmienna, śmietana (gotowanie)
Podwieczorek	
Gruszka z miodem i rodzynekami 100g Biskopity 2szt (1,3,7)	
II danie	
Kotlet rybny z dorsza 80g (1,3,4)	dorsz, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, sól, pieprz, olej rzepakowy (smażenie)
Ziemniaki z koperkiem 100g	woda, ziemniaki, sól (gotowanie), koper
Surówka z białej kapusty 80g	kapusta, marchew, jabłko, koper, sól, pieprz, olej lniany
Sok jednodniowy Kaprys 150ml	jabłko, marchew, pomarańcza, burak

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 - 5.02.2026

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i słonecznikowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, roszponka 5g ser żółty 25g (7) pasta z czerwonej fasoli z cebulką - wyrób własny 25g płatki kukurydziane na mleku 200ml (7) herbata miętowa 200ml pestki dyni 10g	mleko (gotowanie) płatki kukurydziane herbata miętowa, woda, cukier
Zupa	
Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, fasolka szparagowa, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Kisiel do picia - wyrób własny 200ml Jabłko 100g	woda, sok porzeczkowy, mąka ziemniaczana, cukier (gotowanie)
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, papryka, kukurydza, sól, pieprz, natka, olej lniany woda, wiśnie, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 6.02.2026

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)	jajo, marchew, pietruszka, seler, (gotowanie), majonez, koper, sól, pieprz kakao, mleko, 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	
Rogal z makiem 40g (1) Mus malinowy do picia 100ml - wyrób własny	maliny, cukier
II danie	
Kopytka z bułką tartą na maśle 180g (1,3,7) Surówka z marchewki z jabłkiem 80g Kompot jabłkowy 200ml	ziemniaki, mąka, jaja, sól, pieprz (gotowanie), bułka tarta, masło marchew, jabłko, sok z cytryny, cukier woda, jabłka, 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 - 9.02.2026

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 ziemniaczana z cukinią 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, cukinia, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Budyń z malinami - wyrób własny 200ml/100g	mleko, mąka ziemniaczana, cukier (gotowanie), maliny
II danie	
Pieczony schab w sosie własnym 80g (1)	schab, cebula, sól, pieprz, zioła, mąka pszenna (pieczenie)
Kasza jęczmienna 100g (1)	woda, kasza jęczmienna, sól (gotowanie),
Kalafior z bułką tartą 80g (1,7)	kalafior, sól, pieprz, papryka, zioła (gotowanie), bułka tarta, masło
Kompot śliwkowy 200ml	woda, śliwki, cukier (gotowanie)

WTOREK - 10.02.2026

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	
Kapuśniak z kiszonej kapusty 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziemniaki, kiszona kapusta, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Faworki - wyrób własny 80g (1,3,7)	mąka pszenna, śmietana, jaja, masło, cukier, sól, olej (smażenie)
Mandarynka 100g	
II danie	
Panierowany filet z łososia 80g (1,3,4,7)	łosoś, mąka pszenna, jaja, bułka tarta, sól, pieprz, olej rzepakowy (smażenie)
Ziemniaki puree 100g (7)	woda, ziemniaki, sól (gotowanie), masło, jogurt
Surówka z rzodkiewki i ogórka z koperkiem 80g	rzodkiewka, ogórek, koper sól, pieprz, olej lniany
Kompot truskawkowy 200ml	woda, truskawki, cukier (gotowanie)

ŚRODA - 11.02.2026

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 kiełbasa krakowska 25g kawa zbożowa na mleku 200ml (1,7) pestki dyni 10g	truskawki, cukier (smażenie) mleko, kawa zbożowa, cukier (gotowanie)
Zupa	
Rosół z kurczaka z kaszą jaglaną 250ml (9)	woda, kurczak, marchew, pietruszka, seler, sól, piperz, zioła, kasza, jaglana (gotowanie)
Podwieczorek	
Batonik zbożowy 40g (1)	
Salatka owocowa 150g	jabłko, banan, kiwi, winogrona
II danie	
Spaghetti bolognese z wiórkami sera 180g (1,7)	pomidory, marchew, łopata wieprzowa, cebula, sól, pieprz, zioła (gotowanie), ser żółty
Sok jednodniowy Walentynkowy 150ml	jabłko, marchew, ananas, burak

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 - 12.02.2026

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i słonecznikowy 40g (1), masło 15g (7), pomidor 25g, ogórek 25g, rzodkiewka 25g, roszponka 5g ser żółty 15g (7)	
pasta drobiowo-warzywna - wyrób własny 25g (9)	kurczak, marchew, piepruszka, seler, por, sól, pioperz, zioła (gotowanie)
płatki kukurydziane na mleku 200ml (7)	mleko (gotowanie) płatki kukurydziane
herbata z miodem i cytryną 200ml	herbata miętowa, woda, cukier
śliwki suszone 20g	
Zupa	
Zupa krem z pieczarek z koperkiem 250ml (7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, pieczarki, ziemniaki, sól, pieprz, zioła, masło (gotowanie), koper
Podwieczorek	
Pączek z marmoladą 1szt (1,3)	
Mleko 200ml (7)	
II danie	
Wątróbka drobiowa z cebulką jabłkiem 80g	wątróbka, cebula, jabłko, sól, pieprz, zioła, olej (smażenie)
Ziemniaki z koperkiem 100g	woda, ziemniaki, sól (gotowanie)
Surówka z kiszonej kapusty 80g	
Kompot jabłkowy 200ml	woda, jabłko, cukier (gotowanie)

PIĄTEK - 13.02.2026

Śniadanie	Składniki
~szwedzki stół~	
chleb pszenno-żytni i grahamka 40g (1), masło 15g (7), pomidorki koktajlowe 25g, papryka 25g, biała rzodkiew 25g, szczypiorek 5g	
jajko na twardo 1/2szt (3)	
polędwica spocka 25g	
kakao na mleku 200ml (7)	kakao, mleko, cukier (gotowanie)
rodzynki 10g	
Zupa	
Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (1,7,9)	woda, marchew, pietruszka, seler, por, pomidory, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, zioła, masło, makaron (gotowanie), natka
Podwieczorek	
Biszkopt z jabłkami - wyrób własny 40g (1,3,7)	mąka pszenna, jaja, olej, cukier, proszek do pieczenia, jabłka (pieczenie)
Mus owocowy 100g	
II danie	
Pierogi z mięsem 180g (1,3)	mąka pszenna, jaja, sól, olej, cebula, łopata wieprzowa, przyprawy (gotowanie)
Kompot wieloowocowy 200ml	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.