

PRZEDSZKOLE NR 12
JADŁOSPIS
29.09.2026 – 12.10.2026

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	
29.09.26 wtorek	Pieczywo mieszane¹(70g) z masłem⁷(5g), wędlina z indyka(200ml), świeże warzywa, herbata/kakao ⁷ (200ml)	Rosół z makaronem⁹(235ml), ryż(130g), filet w sosie zielowym(80g), marchew gotowana(80g), woda	Gruszka, jabłko Ciasteczka kruche¹
30.09.26 środa	Pieczywo pełnoziarniste¹(70g) z humusem(5g), świeża warzywa (20g), napar z rumianku/napój roślinny(200ml)	Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym⁹ (235ml), kasza(130g), tofu(80g), sos warzywny(80g), woda	Kisiel owocowy z jabłkiem
01.10.26 czwartek	Pieczywo mieszane¹, (70g) z masłem³(5g), ser żółty⁷(20g), świeże warzywa, herbata/kawa zbożowa z mlekiem⁷(200ml)	Biały barszcz⁹(235ml), karkówka w sosie własnym(80g), pyzy¹(130g), buraki gotowane(80g), woda	Jogurt naturalny z malinami⁷
02.10.26 piątek	Pieczywo mieszane¹(5g), pasta rybna^{3,4,9}, świeże warzywa, herbata/kawa zbożowa z mlekiem⁷(200ml)	Zupa pomidorowa z makaronem⁹((235g), ziemniaki puree(130g), jajko ³ (80g), mizeria⁷(80g) woda	Mix owoców (śliwka, gruszka, banan)
05.10.26 poniedziałek	Pieczywo mieszane⁷(5g), dżem wiśniowy/truskawkowy, jabłko, herbata 200ml	Krupnik⁹((235g), naleśniki z serem⁷(235g), woda	Marchewka słupki, mus owocowy
06.10.26 wtorek	Pieczywo mieszane¹(70g) z masłem⁷(5g) pasta mięsno - warzywna z łopatk i kurczaka^{3,9} - wyrób własny, herbata/kawa zbożowa ⁷ (200ml)	Rosolnik⁹(235g), ziemniaki gotowane(130g), kotleciki drobiowe(80g), surówka z kapusty pekińskiej(80g), woda	Jogurt owocowy⁷, chałka¹
07.10.26 środa	Pieczywo wieloziarniste¹, pasta z awokado⁷(70g), napar miętowy/napój roślinny(200ml)	Krem z cukinii na wywarze warzywnym z grzankami razowymi⁹(235g), kaszotto z cieciorą i kukurydzą(235g), woda	Sok warzywno - owocowy świeżo wyciskany, wafle orkiszowe
08.10.26 czwartek	Pieczywo mieszane¹(70g) z masłem³(5g), twaróg śmietankowy z rzodkiewką i szczypiorkiem⁷, (20g), świeże warzywa, herbata/kawa zbożowa z mlekiem⁷(200ml)	Zupa ziemniaczana na wywarze mięsnym⁹ (235g), pulpety w sosie koperkowym(80g), ryż(80g), surówka z marchwi z brzoskwinia(80g), woda	Budyń śmietankowy⁷ z owocami
09.10.26 piątek	Pieczywo mieszane¹ z masłem⁷(5g), pasta z jaj³(marchew, seler, pietruska)⁹, herbata/mleko⁷(200ml)	Barszcz czerwony z makaronem⁹, (235g),ziemniaki puree ⁷ (/120g), ryba po grecku z warzywami ⁴ (120g), woda	Owoce – banan, jabłko, gruszka
12.10.26 poniedziałek	Pieczywo mieszane¹(70g) z masłem³(5g), miód, płatki wieloziarniste na mleku⁷, gruszka, herbata (200ml)	Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym⁹(235g), makaron pełnoziarnisty¹ ze szpinakiem w sosie jogurtowo - śmietanowym⁷(235g), woda	Kanapka¹ z masłem⁷, jajko ³ gotowane, ogórek, sałata, herbata miętowa

Dla dzieci z dietą bezmleczną podawane są zamienniki mleka – (wytłuszczony druk)
Dla dzieci z dietą bezglutenową podawane jest pieczywo i produkty, które nie zawierają glutenu (wytłuszczony druk)
Dla dzieci z dietą bezmleczną podawane są zamienniki mleka.

Na salach dostępna jest jodowana woda do picia Bonart.
Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych

Szef kuchni
Barbara Walczak

Intendent
Beata Wojciechowska

Dyrektor
Izabela Hirsza