

Jadłospis

Poniedziałek 03.11.2025 r.

Śniadanie: chleb pszenno- żytni (50g), masło (6g), schab pieczony (30g), sałata zielona (25), rzodkiewka (5g), pomidor żółty (30g), kiełki (5g), kawa zbożowa na mleku (200g), herbata (200g)

II śniadanie: mieszanka bakaliowa (35g)

Obiad: zupa barszcz czerwony z ziemniakami i jarzyną na wywarze mięsno- warzywnym z zieloną pietruszką, zabieleny jogurtem naturalnym (250g)

II danie: racuchy budyniowe z białym serem, bananem i odrobiną cukru pudru (250g), woda z cytryną i miętą (200g)

Podwieczorek: mini hot dogi z paróweczką drobiową, ogórkiem kiszonym, prażoną cebulką oraz ketchupem (150g), herbata z pokrzywy z cytryną i miodem (200g)

Wtorek 04.11.2025 r.

Śniadanie: bułka grahamka (50)g, masło (6g), szynka drobiowa (30g), ogórek zielony (25g), papryka czerwona (20g), kakao na mleku z miodem (200g), herbata (200g)

II śniadanie: serek waniliowy (100g)

Obiad: zupa krem z pomarańczowych warzyw, na wywarze mięsno- warzywnym z dodatkiem zielonej pietruszki, pestek słonecznika, zabieleny jogurtem naturalnym (250g)

II danie: ziemniaki z koperkiem (150g), kotleciki drobiowe panierowane w otrębach i sezamie (150g), surówka z kapusty pekińskiej (80g), kompot owocowy (200g)

Podwieczorek: jogurt do picia (100g), pałeczka kukurydziana (20g)

Środa 05.11.2025 r.

Śniadanie: chleb słonecznikowo- razowy (50g), masło (6g), ser żółty (30g), kabanosik (25g), ogórek kiszony (25g), sałata (5g), pomidor (25g), szczypior (5g), płatki owsiane na mleku (200g), herbata z dzikiej róży (200g)

II śniadanie: jabłko (50g)

Obiad: zupa pomidorowa z ryżem, na wywarze drobiowo- warzywnym, zabieleną jogurtem naturalnym z dodatkiem zielonej pietruszki(250g)

II danie: makaron (150g), indyk w sosie jogurtowym z warzywami (150g), woda z pomarańczą (200g)

Podwieczorek: mini naleśniki z serkiem waniliowym (150g), herbata owocowa

Czwartek 06.11.2025 r.

Śniadanie: bułka kajzerka(50g), masło (4g), kiełbaski na gorąco (35g), ketchup (5g), sałatka jarzynowa (25g), kiełki (5g), ogórek zielony (20g), bawarka na mleku (200g), herbata z cytryną i miodem (200g)

II śniadanie: marchewka bio mini (50g)

Obiad: zupka flaczki z drobiu z jarzyną na wywarze mięsno- warzywnym z dodatkiem zielonej pietruszki (250g)

II danie: kopytka z sosem pieczarkowym (200g), surówka z białej kapusty, marchwi, jabłka, zielonej pietruszki z dodatkiem oliwy z oliwek (80g), kompot z wiśni (200g)

Podwieczorek: kisiel owocowy z jogurtem naturalnym (200g), herbatniki (30g)

Piątek 07.11.2025 r.

Śniadanie: chleb (50g), masło (4g), pasztet z kaczki (30g), ogórek kiszony (15g), papryka czerwona (20g), kiełki (5g), sałata zielona (5g), płatki zbożowe na mleku (200g), herbata (200g)

II śniadanie: mandarynka (60g)

Obiad: zupka cebulowa z grzankami, na wywarze mięsno- warzywnym z dodatkiem zielonej pietruszki, zabieleną jogurtem naturalnym (250g)

II danie: ziemniaki (150g), ryba duszona w sosie śmietanowym (150g), marchewka z groszkiem (80g), sok jabłkowy (200g)

Podwieczorek: serek straciatella (100g), bułeczka maślana (60g)

W wyjątkowych sytuacjach (czynnik ludzki) jadłospis może ulec zmianie.

- Potrawy są przyprawiane takimi przyprawami jak: pieprz prawdziwy i ziółowy, majeranek, oregano, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, papryka słodka, zioła prowansalskie

- Zgodnie z informacją od producenta niektóre produkty gotowe (np. Kakao, herbata, dżem, koncentrat pomidorowy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów.
- Przypominamy, że w żywieniu dziecka nie powinno się ograniczać produktów alergizujących, chyba, że występuje wyraźne wskazanie lekarza (w takim wypadku należy dostarczyć do przedszkola stosowne zaświadczenie o alergii występującej u dziecka od lekarza specjalisty- Alergologa). Racjonalne żywienie jest ważne w każdym wieku, a dla malucha może być wręcz kluczowe dla rozwoju.