

 05.10.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Bułka grahamka z masłem 67 g

Składniki: 60 g bułki **pszenne** grahamki (mąka pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), 7 g masło ekstra (z **mleka**)

Indyk z Pasieki 20 g

Składniki: mięso z indyka 80%, woda, sól, syrop klonowy, cukier, przyprawy naturalne, substancja zagęszczająca: karagen, substancja konserwująca: azotyn sodu. osłonka niejadalna produkt bezglutenowy.

Pomidor 40 g

Salata lodowa 10 g

Kakao 200 g

Składniki: 198 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 2 g kakao 16%, proszek

Zupa

Krem z soczewicy z prażonymi pestkami dyni 250 ml

Składniki: 50 g ziemniaki, 40 g włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchew, **seler**, pietruszka, por), 20 g soczewica czerwona, nasiona suche, 8 g cebula, 8 g dynia, pestki, luskane, 3 g oliwa, 1 g ziele angielskie, 1 g liść laurowy, 1 g czosnek suszony, 0 g marchew

 06.10.2026

Wtorek

Śniadanie

Musli na mleku z bakaliami 180 g

Składniki: 138 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 19 g napój **sojowy** (woda, obłuszczone ziarno **soi** (6%), cukier, fosforan triwapniowy*, regulator kwasowości (fosforany potasu), sól morską, aromat, stabilizator (guma gellan), witaminy (ryboflawina (b2), b12, d2)), 15 g płatki kukurydziane, 8 g **orzechy włoskie**, 4 g płatki **owsiane**, 4 g żurawina suszona (żurawina, sok jabłkowy, olej słonecznikowy), 4 g rodzyнки, suszone

Chleb pszenno-żytni 30 g

Składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól

Twarożek sernikowy z brzoskwiniami 45 g

Składniki: 40 g twaróg sernikowy (z **mleka**) (serek śmietankowy, twaróg), 20 g brzoskwinia w syropie (brzoskwinie, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy)

Jabłko 40 g

Herbata wiśniowa 200 ml

Składniki: 200 ml woda, 2 g herbata wiśniowa (owoc wiśni, jabłko, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalne aromaty), 2 g cukier

Zupa

Krupnik ryżowy 250 ml

Składniki: 180 ml woda, 75 g ziemniaki, 20 g marchew, 15 g mięso z ud kurczaka, bez skóry, 15 g ryż biały, 10 g pietruszka, korzeń, 10 g **seler** korzeniowy, 10 g por, 2 g koperek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

 07.10.2026

Środa

Śniadanie

Bułka pszenna z masłem 55 g

Składniki: 50 g bułki **pszenne** zwykle (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), 5 g masło ekstra (z **mleka**)

Jajko gotowane z dipem jogurtowym 80 g

Składniki: 68 g **jaja** kurze całe, 14 g jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), 3.32 g majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), 1 g szczypiorek, 0 g koperek

Papryka czerwona 40 g

Mleko z miodem 180 g

Składniki: 180 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 3 g miód pszczeli

Zupa

Krem z pieczonych białych warzyw z groszkiem ptysiowym 250 ml

Składniki: 56 g kalafior, 40 g **seler** korzeniowy, 40 g pietruszka, korzeń, 40 g ziemniaki, 10 g śmietana 18% (z **mleka**), 8 g cebula, 6 g groszek ptysiowy (**jaja**, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, sól), 2 g sól o obn. zaw. sodu, 1 g śmietanka ryżowa natumi (woda, składniki ryżowe (syrop ryżowy, skrobia ryżowa, mąka ryżowa 10%, olej słonecznikowy 7%, emulgator: lecytyna słonecznikowa, zagęstnik: karagen i maczka chleba świętojańskiego, sól morską, naturalne aromaty (*certyfikowany składnik ekologiczny)), 0.08 g czosnek suszony, 0.08 g pieprz, 0.06 g ziele angielskie, 0.02 g liść laurowy

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 08.10.2026

Czwartek

Śniadanie

Jaglanka z pulpą mango 200 g

Składniki: 133 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 19 g pulpa mango, 19 g napój **sojowy** (woda, obłuszczone ziarno **soi** (6%), cukier, fosforan triwapniowy*, regulator kwasowości (fosforany potasu), sól morską, aromat, stabilizator (guma gellan), witaminy (ryboflawina (b2), b12, d2)), 16 g płatki jaglane, 2 g miód pszczeli, 1 g napój **owsiany** (baza **owsiana** (woda, **owies** (8,7 %)), błonnik z kukurydzy, olej słonecznikowy, wapiń, sól morską, stabilizator (guma gellan), witaminy (b2, b12, d2))

Chleb żytni razowy 30 g

Składniki: mąka **żytnia**, mąka **żytnia** razowa, woda, sól.

Masło ekstra (z mleka) 4 g

Ser gouda tłusty 20 g

Składniki: **mleko**, sól, kultury bakterii, barwnik: annato

Ogórek 40 g

Rzodkiewka 10 g

Herbata mango z brzoskwinią 200 ml

Składniki: 196 ml woda, 2 g herbata mango z brzoskwinią (herbata mango z brzoskwinią (jabłko, czarna porzeczka, śliwka, mango, brzoskwinia, hibiskus, aromaty, regulator kwasowości, kwas cytrynowy)), 2 g cukier

Zupa

Zupa kartoflanka 250 ml

Składniki: 80 g ziemniaki, 40 g włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchew, **seler**, pietruszka, por), 26 g kielbasa krakowska, sucha, 10 g śmietana 18% (z **mleka**), 6 g cebula, 5 g koperek, 5 g śmietana 30% (śmietanka, białka **mleka**, stabilizator: karagen), 2 g sól biała, 2 g olej rzepakowy, 1 g lubczyk świeży, 1 g śmietanka ryżowa natumi (woda, składniki ryżowe (syrop ryżowy, skrobia ryżowa, mąka ryżowa 10%, olej słonecznikowy 7%, emulgator: lecytyna słonecznikowa, zagęstnik: karagen i maczka chleba świętojańskiego, sól morską, naturalne aromaty (*certyfikowany składnik ekologiczny)), 0.08 g czosnek suszony, 0.07 g pieprz, 0.06 g ziele angielskie, 0.02 g liść laurowy, 0 g natka pietruszki

 09.10.2026

Piątek

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól

Masło ekstra (z mleka) 8 g

Salatka jarzynowa 50 g

Składniki: 20 g ziemniaki, 16 g marchew, 12 g pietruszka, korzeń, 11 g **jaja** kurze całe, 8 g ogórek kiszony, 8 g jabłko, 6.2 g majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), 5 g **seler** korzeniowy, 5 g groszek zielony, konserwowy, bez zalewy (groszek zielony, woda, sól), 4 g kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), 2 g por, 0.08 g pieprz

Ogórek kiszony 40 g

Kawa zbożowa na mleku 180 ml

Składniki: 180 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 3 g kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**), 2 g cukier

Zupa

Krem cebulowy z grzanką 250 ml

Składniki: 60 g cebula, 40 g włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchew, **seler**, pietruszka, por), 36 g ziemniaki, 12 g ser tyłżycki pełnotłusty (**mleko**, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia), 10 g chleb **pszenno-żytni** (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól), 6 g śmietana 30% (śmietanka, białka **mleka**, stabilizator: karagen), 5 g śmietana 18% (z **mleka**), 1 g śmietanka ryżowa natumi (woda, składniki ryżowe (syrop ryżowy, skrobia ryżowa, mąka ryżowa 10%, olej słonecznikowy 7%, emulgator: lecytyna słonecznikowa, zagęstnik: karagen i maczka chleba świętojańskiego, sól morską, naturalne aromaty (*certyfikowany składnik ekologiczny)), 0.08 g liść laurowy, 0.08 g ziele angielskie, 0.08 g pieprz

Intendentpro		Jadłospis Jadłospis przedszkolny 05.10.2026-09.10.2026	
II danie	Makaron ze szpinakiem, pomidorkami koktajlowymi i sosem serowo-śmietanowym 140 g	II danie	Kotlet schabowy 80 g
	Składniki: 50 g makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z pszenicy twardej), 40 g szpinak, mrożony, 16 g pomidorki koktajlowe, 16 g ser mozzarella (mleko pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszczka mikrobiologiczna), 6 g śmietana 30% (śmietanka, białka mleka , stabilizator: karagen), 4 g cebula, 4 g pomidory suszone w oleju (olej rzepakowy, pomidory suszone (pomidory, sól), mieszanka ziół, cukier), 2 g ser mascarpone (śmietanka pasteryzowana (z mleka), regulator kwasowości: kwas cytrynowy), 0.4 g czosnek, 0.08 g czosnek suszony		Puree ziemniaczane 100 g
			Składniki: 120 g ziemniaki, 2 g masło ekstra (z mleka), 2 ml mleko krowie, 2% tłuszczu
	Surówka z marchewki 60 g		Surówka z buraczków z jabłkiem 60 g
	Składniki: 75 g marchew, 1 g olej rzepakowy, 1 g cytryna		Składniki: 53 g burak, 21 g jabłko, 3 g olej rzepakowy, 2 g cebula
Przekąska	Kompot jabłko-czerwona porzeczka 200 ml	Przekąska	Kompot wiśniowy 200 ml
	Składniki: 28 g jabłko, 20 g porzeczki czerwone, 2 g cukier		Składniki: 160 ml woda, 40 g wiśnie bez pestek, mrożone, 2 g cukier
	Kisiel z owoców leśnych 150 g		
	Składniki: 76 ml woda, 20 g truskawki, mrożone, 20 g wiśnie bez pestek, mrożone, 20 g jagody mrożone, 12 g skrobia ziemniaczana, 2 g cukier		
II danie	Brońki 20 g	II danie	Jagodowe leniwe z jogurtem 220 g
			Składniki: 59 g ser twarogowy półtłusty (z mleka), 39 g mąka pszenna , typ 450, 31 g jogurt grecki (mleko , żywe kultury barterii), 24 g czarne jagody, mrożone, 12 g skrobia ziemniaczana, 10 g jaja kurze całe, 2 g cukier
			Surówka z marchewki, jabłka i rodzynek 60 g
			Składniki: 64 g marchew, 20 g jabłko, 2 g rodzyнки, suszone, 1 g oliwa, 0 g cytryna
			Kompot truskawka-rabarbar 200 ml
Przekąska			Składniki: 158 ml woda, 20 g truskawki, mrożone, 20 g rabarbar mrożony, 2 g cukier
Przekąska		Przekąska	Ciasto drożdżowe ze śliwką 50 g
			Składniki: 25 g mąka pszenna , typ 450, 8 g jaja kurze całe, 8 ml mleko krowie, 2% tłuszczu, 8 g olej rzepakowy, 5 g cukier, 2 g śliwki bez pestek, mrożone, 1 g cukier z prawdziwą wanilią (cukier puder, wanilia w proszku (2,5 %), ekstrakt z wanilii (2%).), 0.33 g drożdże piekarskie, prasowane
Przekąska			

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.