

JADŁOSPIS 09.12.2024 r. – 03.01.2025 r.

(przedszkole i zerówka)

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 09.12.2024 r.	Pieczycwo pszenno-żytnie z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Wędlina wieprzowa, papryka żółta, ogórek zielony, roszonek, jabłko, Kawa zbożowa (mleko, jęczmień, żyto) Kcal 251	Zupa pomidorowa niezabielana z ryżem (wywar drobiowo-wieprzowy, koncentrat pomidorowy, marchewka, cebula, pietruska, seler, por, ryż), Kopytka z masłem i cukrem (mąka pszenna, jajka, biały ser, mleko), Surówka z marchewki i pomarańczy, Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier) Kcal 592 g 610	Wek z masłem (mąka pszenna, mleko), Jajko na twardo, Pomidor, Herbata z cytryną Kcal 187
Wtorek 10.12.2024 r.	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi , Wek z masłem (mąka pszenna, mleko), Wędlina drobiowa, pomidor, jabłko, Herbata owocowa Kcal 232	Krupnik (wywar wieprzowy, marchewka, pietruska, kasza wiejska , seler, por, natka pietruski), Makaron penne z kurczakiem i warzywami w sosie pomidorowym (mąka pszenna, jajka, mięso drobiowe, pomidory, brokuły, zielona fasolka, mleko), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier) Kcal 553 g 550	Jogurt naturalny z malinami i bananem Paluch kukurydziany, Kcal 174
Środa 11.12.2024 r.	Pieczycwo pszenno-żytnie z masłem, (mąka pszenna, mąka żytnia, mleko) Parówki z szynki, keczup, ogórek kiszony, mix sałat jabłko, kakao (mleko, kakao) Kcal 262	Zupa krem z cieciorzki z groszkiem ptysiovym (wywar drobiowo-wieprzowy, cieciorzka, mąka pszenna, marchewka, pietruska, seler, por, śmietana), Racuchy drożdżowe z jabłkami, posypane cukrem pudrem (mąka pszenna, jajka, drożdże, jabłko, mleko), Kompot wieloowocowe (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier) Kcal 514 g 520	Wek z masłem, (mąka pszenna, mleko), Żółty ser , Kiełki rzodkiewki, Herbata owocowa Kcal 198

<p>Czwartek 12.12.2024 r.</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną, Wek z masłem (mąka pszenna, mleko), Miód, marchewka w słupki, jabłko, Herbata owocowa</p> <p style="text-align: right;">Kcal 248</p>	<p>Zupa koperkowa z zacierką (wywar drobiowo-wieprzowy, pieczarki, koperek, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, natka pietruszki, śmietana, mąka pszenna, jajka), Ziemniaki z koperkiem, Sznycel wieprzowy, (mięso wieprzowe, jajka, bułka tarta, mąka pszenna), Surówka z czerwonej kapusty, marchewki, cebuli i jabłka, Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 596 g 630</p>	<p>Serek z wiśniami Bagietka z masłem, Herbata z cytryną</p> <p style="text-align: right;">Kcal 245</p>
<p>Piątek 13.12.2024 r.</p>	<p>Pieczywo graham z masłem (mąka pszenna, mąka żytnia, mleko), Twarożek z suszonymi pomidorami, wędlina drobiowa, Papryka kolorowa, ogórek zielony, roszponka, jabłko, Kawa biała (mleko, żyto, jęczmień)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 245</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem (wywar drobiowo - wieprzowy, brokuł, marchewka, pietruszka, seler, cebula, por, natka pietruszki, śmietana, mąka pszenna, jajka), Ziemniaki z koperkiem, Ryba w panierce, (ryba Miruna, jajka, bułka pszenna, mąka pszenna), Surówka z kiszzonego ogórka, papryki, cebuli i miodu, Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 575 g 580</p>	<p>Babka piaskowa, Mandarynka, Herbata owocowa</p> <p style="text-align: right;">Kcal 221</p>
<p>Poniedziałek 16.12.2024 r.</p>	<p>Pieczywo mieszane z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Wędlna drobiowa, papryka czerwona, Ogórek zielony, roszponka, jabłko, Kakao (mleko, kakao)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 228</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ryżem (wywar drobiowo-wieprzowy, kalafior, cebula, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana, ryż), Pierogi z białym serem i jogurtem naturalnym z owocami, (mąka pszenna, jajka, biały ser, mleko, cukier), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 515 g 550</p>	<p>Wek z masłem (mąka pszenna, mleko), Pasta jajeczna z tuńczykiem, Pomidor z szczypiorkiem, Herbata z cytryną</p> <p style="text-align: right;">Kcal 195</p>

<p>Wtorek 17.12.2024 r.</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi, Wek z masłem (mleko, mąka pszenna), Zielony ogórek, wędlna wieprzowa, jabłko, herbata owocowa</p> <p style="text-align: right;">Kcal 252</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem (wywar drobiowo-wołowy, marchewka, pietruszka, seler, natka pietruszki, ogórek kiszony, śmietana, mąka pszenna, jajka), Ziemniaki z koperkiem, Kotlet drobiowy (filet drobiowy, jajka, bułka tarta, mąka pszenna), Mizeria (ogórek zielony, mleko), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 642 g 630</p>	<p>Kisiel truskawkowy, podpłomyk</p> <p style="text-align: right;">Kcal 174</p>
<p>Środa 18.12.2024 r.</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Wędlna wieprzowa, ser mozzarella, pomidor, ogórek zielony, świeża bazylija, jabłko, Kawa biała (mleko, jęczmień, żyto)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 254</p>	<p>Zupa z soczewicy czerwonej z makaronem (wywar drobiowo-wieprzowy, soczewica czerwona, marchewka, pietruszka, seler, śmietana, natka pietruszki, por, mąka pszenna, jajka), Ryż z jabłkami, Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 516 g 550</p>	<p>Bułka kajzerka, Pasta z żółtego sera, Papryka czerwona, Herbata z cytryną</p> <p style="text-align: right;">kcal 234</p>
<p>Czwartek 19.12.2024 r.</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, wek z masłem (mleko, mąka pszenna), Dżem truskawkowy, marchewka w słupki, jabłko, herbata owocowa</p> <p style="text-align: right;">Kcal 232</p>	<p>Zupa grysikowa (wywar drobiowo-wieprzowy, por, marchewka, pietruszka, seler, cebula, por, natka pietruszki, kasza manna), Kluski śląskie (mąka pszenna, ziemniaki, jajka), Schab w sosie własnym, Buraczki (mleko), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 645 g 620</p>	<p>Ciasto drożdżowe z owocami, Herbata malinowa</p> <p style="text-align: right;">Kcal 218</p>

<p>Piątek 20.12.2024 r.</p>	<p>Pieczywo graham z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem, wędlina wieprzowa, kolorowa papryka, pomidor, roszponka, jabłko, Kakao (mleko, kakao)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 248</p>	<p>Barszcz czerwony z uszkami (wywar drobiowo - wieprzowy, susz z buraków, buraki ćwikłowe, marchewka, pietruska, seler, por, pieczarki, mąka pszenna, jajka), Ziemniaki z koperkiem, Paluszki rybne (ryba Miruna, bułka tarta, jajka, mąka pszenna), Surówka z kapusty kiszonej, marchewki, jabłka i cebuli, Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 602 g 620</p>	<p>Piernik, Pomarańcza, Herbata z cytryną</p> <p style="text-align: right;">Kcal 239</p>
<p>Poniedziałek 23.12.2024 r.</p>	<p>Pieczywo mieszane z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Wędlna wieprzowa, papryka czerwona i żółta, Ogórek kiszony, rukola, jabłko, Kawa inka (mleko, żyto, jęczmień)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 228</p>	<p>Żurek z jajkiem, chlebem i kiełbasą (mąka pszenna, mąka żytnia, cebula, czosnek, kiełbasa zwyczajna, śmietana), Pierogi z kapustą i smażoną cebulką, (mąka pszenna, jajka, kiszona kapusta, cebula, olej), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 515 g 550</p>	<p>Jogurt pitny, herbatniki</p> <p style="text-align: right;">Kcal 195</p>
<p>Wtorek 24.12.2024 r.</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Żółty ser, pomidor, jabłko, Herbata owocowa</p> <p style="text-align: right;">Kcal 188</p>	<p>Zupa ziemniaczana (wywar drobiowo-wieprzowy, ziemniaki, cebula, marchewka, pietruska, seler, por, śmietana), Makaron z białym serem, masłem i cukrem, (mąka pszenna, jajka, biały ser, mleko, cukier), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier)</p> <p style="text-align: right;">Kcal 485 g 550</p>	<p>Mus owocowy podpłomyk</p> <p style="text-align: right;">Kcal 195</p>

Piątek 27.12.2024 r.	Pieczywo mieszane z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Wędlina wieprzowa, papryka kolorowa, jabłko, Herbata owocowa <p style="text-align: right;">Kcal 172</p>	Zupa jarzynowa z makaronem (wywar drobiowo-wieprzowy, fasolka szparagowa, groszek zielony, marchewka, pietruszka, seler, por, natka pietruszki, cebula, ziemniaki, śmietana, mąka pszenna, jajka), Ryż na mleku z polewą jogurtowo – truskawkową, Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier) <p style="text-align: right;">Kcal 563 g 580</p>	Soczek owocowy, Jajko na twardo, Wek z masłem <p style="text-align: right;">Kcal 259</p>
Poniedziałek 30.12.2024 r.	Pieczywo pszenno-żytnie z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Wędlina wieprzowa, Ogórek kiszony, jabłko, Herbata owocowa <p style="text-align: right;">Kcal 188</p>	Zupa dyniowa z zacierką (wywar drobiowo-wieprzowy, dynia, cebula, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana, mąka pszenna, jajka), Naleśniki z dżemem truskawkowym, (mąka pszenna, jajka, mleko, dżem truskawkowy), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier) <p style="text-align: right;">Kcal 487 g 520</p>	Wek z masłem, Żółty ser, Papryka czerwona, Herbata malinowa <p style="text-align: right;">Kcal 195</p>
Wtorek 31.12.2024 r.	Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi, Wek z masłem (mleko, mąka pszenna), Ogórek zielony, wędlina wieprzowa, jabłko, herbata owocowa <p style="text-align: right;">Kcal 256</p>	Ryż na rosole (wywar drobiowo-wołowy, marchewka, pietruszka, seler, natka pietruszki, ryż), Spaghetti Bolognese (mąka pszenna, jajka, pomidory, mięso wieprzowe), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier) <p style="text-align: right;">Kcal 554 g 580</p>	Powidło śliwkowe 100% (twarożek, czekolada, mleko), Bagietka z masłem Herbata z cytryną <p style="text-align: right;">Kcal 195</p>

Czwartek 02.01.2025 r.	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi, wek z masłem (mleko, mąka pszenna), Dżem wiśniowy, marchewka w słupki, jabłko, herbata owocowa Kcal 226	Zupa z zielonych warzyw z makaronem (wywar drobiowo-wieprzowy, por, marchewka, pietruszka, seler , cebula, por, natka pietruszki, brokuł, zielona fasolka, mąka pszenna, jajka), Pierogi z mięsem i smażoną cebulką (mąka pszenna, jajka , mięso wieprzowe, cebulka), Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier) Kcal 524 g 550	Jogurt z owocami, Wek z masłem Kcal 198
Piątek 03.01.2025 r.	Pieczywo mieszane z masłem (mleko, mąka pszenna, mąka żytnia), Żółty ser , pomidor, ogórek kiszony, Jabłko, Kakao (mleko, kakao) Kcal 243	Zupa pieczarkowa z zacierką (wywar drobiowy, pieczarki, marchewka, pietruszka, seler , por, natka pietruszki, cebula, mąka pszenna, jajka, śmietana), Ziemniaki z koperkiem, Ryba po grecku (ryba Miruna , koncentrat pomidorowy, marchewka, pietruszka, por, seler , olej) Kiszony ogórek, Kompot wieloowocowy (wiśnia, truskawka, porzeczka, agrest, cukier) Kcal 523 g 560	Krajanka z marmoladą, Herbata z cytryną Kcal 179

Jadłospis może ulegać modyfikacjom. Potrawy pieczone są w piecu konwekcyjno-parowym. Pogrubiona czcionka oznacza alergię na dany produkt. W przerwach między posiłkami dzieciom podawana jest niegazowana woda mineralna. W jadłospisie wyróżniono produkty powodujące alergię. Alergeny zgodnie z rozporządzeniem UE nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r.