

Jadłospis - PRZEDSZKOLE NR 40

Okres	12.10.2026 - 16.10.2026
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
12.10.2026 Poniedziałek	Bułka kajzerka (zboża, gluten) z masłem 82% (mleko) z szynką drobiową (gorczyca) , papryka czerwona i żółta, kawa zbożowa INKA (zboża, gluten) z mlekiem 2% (mleko), herbata zielona z cytryną (cytrusy) i imbirem,,woda mineralna-talarki marchewkowe do chrupania	Zupa krem z grochu z jarzynami (seler,marchew,pietruszką),z groszkiem ptysiowym (zboża,gluten), pampuchy na parze (mleko)z sosem czekoladowym z mąką pszenną (zboża, gluten) i jajkami (jaja),częstka jabłka, kompot wieloowocowy(truskawki, jabłko brzoskwinia, śliwka, porzeczka)	Pudding waniliowy (mleko)własnej produkcji,borówki, chrupki kukurydziane (zboża,gluten)
13.10.2026 Wtorek	Kanapka z grahama (zboża, gluten) z masłem 82% (mleko) z"pastą pirata"-z tuńczykiem (ryby) w sosie własnym,z ogórkiem kiszonym (gorczyca), kawa zbożowa INKA (zboża, gluten) z mlekiem 2% (mleko), herbata z cytryną (cytrusy)i imbirem-półmisek owoców:śliwki,gruszka,kiwi	Zupa pomidorowa na koncentracie pomidorowym PUDLISZKI (gorczyca) 30 % z jarzynami: marchew, cebula, seler (seler), pietruszka korzeń, pietruszka zielona, cebula z śmietaną (mleko) 30% tłuszczu, jogurtem naturalnym (mleko) z makaronem muszelką drobną (jajka, zboża, gluten), kasza pęczak (zboża,gluten),bitki drobiowe w mące graham (zboża, gluten),), sałata lodowa z jogurtem naturalnym (mleko),kompot wieloowocowy(truskawki, jabłka, brzoskwinie, śliwki).	Muffinki marchewkowe (zboża,gluten,jaja)-własnej produkcji,herbata owocowa
14.10.2026 Środa	Krem owsiany (zboża,gluten)na mleku 3,2% (mleko)z płatkami kukurydzianymi (zboża,gluten),z borówkami, chałką (zboża,gluten)z masłem 82% (mleko),z dżemem truskawkowym niskosłodzonym,herbata ziołowa z cytryną (cytrusy)i imbirem-owocowy półmisek:kiwi,mandarynka,gruszka	Zupa Shrek- krem z groszku zielonego,z jarzynami (seler,marchew ,pietruszką) , z grzankami z pieczywa ciemnego (zboża,gluten)ziemniaki, "skarb z morskiej głębin" (ryby)ryba duszona z ziemniakami i marchewką,kompot wieloowocowy,(jabłko,truskawka,śliwka,porzeczka)	Kanapka z weka pszennego (zboża,gluten) z masłem 82% (mleko) ,z serem żółtym (mleko),ogórek zielony ,herbata zielona z cytryną (cytrusy)
15.10.2026 Czwartek	Kanapka "autorska " z chleba pszennego (gluten zboża) z masłem (mleko) 82% tłuszczu z: szynką konserwową (gorczyca), serem gouda (mleko) z: pomidorem koktajlowym, ogórkiem zielonym, papryką czerwoną i żółtą, kawa zbożowa INKA (gluten, zboża) z mlekiem 2% tłuszczu (mleko), herbata zielona z cytryną (cytrusy) i imbirem-talerz owoców:śliwka,gruszka,mandarynka	Zupa kalafiorowa na wywarze z jarzynami (seler korzeń,marchew, pietruszka korzeń, natka pietruszki, cebula) z ryżem z śmietaną 30% (mleko),ziemniaki, pieczeń rzymska (zboża,gluten,jaja),buraczki czerwone z chrzanem tartym (gorczyca),kompot wieloowocowy(jabłko,truskawka porzeczka,śliwka)	Smoothie truskawkowe (mleko), ciasteczko owsiane (zboża,gluten)
16.10.2026 Piątek	Graham (zboża, gluten), z masłem 82% (mleko) z twarożkiem (mleko),z rzodkiewką, kawa zbożowa INKA (zboża, gluten) z mlekiem 2% (mleko),herbata z cytryną (cytrusy) i imbirem słodzona miodem (miód)-połowa jabłka	Zupa jarzynowa z marchewką, pietruszką korzeń, selerem korzeń (seler), cebulą, natką pietruszki, brokułem, kalafiolem, fasolką na rosole - porcje rosółowe z kurczaka , kieszonki (zboża,gluten,jaja),z powidłami śliwkowymi,z twarogiem półtustym (mleko),paluszki marchewkowe do chrupania,,kompot wieloowocowy,(jabłko,truskawka,śliwka,porzeczka)	Mus owocowy, chrupki kukurydziane (zboża,gluten)

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor