

Jadłospis - PRZEDSZKOLE NR 40

Okres	19.01.2026 - 23.01.2026
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
19.01.2026 Poniedziałek	Kanapka z chleba mieszanego (zboża, gluten), z masłem 82% (mleko) z parówką z szynki (gorczyca), ketchup, papryka czerwona, żółta, kawa zbożowa INKA (zboża, gluten) z mlekiem 2% (mleko), herbata zielona z cytryną (cytrusy) i imbirem - talerz owoców: kaki, kiwi, gruszka, borówka	Rosół (porcja rosółowa z kurczaka) z ryżem (zboża, gluten), z warzywami (seler); marchewka, pietruszka korzeń, seler korzeń, natka pietruszki, ziemniaki, bitki drobiowe (zboża, gluten), surówka z kapusty pekińskiej na jogurcie naturalnym (mleko) z ogórkiem zielonym i pomidorem, kompot wieloowocowy (truskawki, jabłko brzoskwinia, śliwka, porzeczka)	Gruszka
20.01.2026 Wtorek	Bułka kajzerka (zboża, gluten) z masłem 82% (mleko), papryka czerwona i żółta mleko 2% (mleko), herbata zielona z cytryną (cytrusy) i imbirem - talerz owoców (ćwiartka: gruszki, jabłka, borówki)	Rosół na wywarze mięsny z jarzynami (seler, marchew, pietruszka), z makaronem (zboża, gluten, jaja), ziemniaki, potrawka z kurczaka (zboża, gluten, mleko), marchewka do chrupania, kompot wieloowocowy (jabłko, truskawka porzeczka, śliwka)	Mus owocowy
21.01.2026 Środa	Kanapka z weka pszennego (zboża, gluten) z masłem 82% (mleko), z warzywami: ogórek zielony, papryka czerwona i żółta, rzodkiewka, pomidor koktajlowy, kawa zbożowa INKA (zboża, gluten) z mlekiem 2% (mleko), herbata zielona z cytryną (cytrusy) i imbirem - talerz owoców: (jabłko, gruszka, borówka)	Żurek (zboża, gluten), na wywarze mięsny (kości wieprzowe, porcja rosółowa z kurczaka) z warzywami (seler); marchewką, pietruszką korzeń, seler korzeń i natka pietruszki z śmietaną 30% (mleko), z ziemniakami, łazanki z kiełbasą podwawelską (gorczyca) z kapustą kiszoną, marchewką, kompot wieloowocowy (jabłko, truskawka, śliwka, porzeczka)	Banan w kostkę
22.01.2026 Czwartek	Kanapka z pieczywa pszenno-żytniego (zboża, gluten) z masłem 82% (mleko), szynką drobiową , papryka czerwona, żółta, pomidor koktajlowy, kawa zbożowa INKA (zboża, gluten) z mlekiem 2% (mleko), herbata z cytryną** i imbirem (cytrusy) - połowa gruszki	Krupnik z kaszy jęczmiennej (zboża, gluten), na wywarze mięsny (kości wieprzowe, porcja rosółowa) z warzywami (seler); marchewką, pietruszką korzeń, seler korzeń i natka pietruszki, cebula, ziemniaki, kotlet mielony (mięso wieprzowe, gluten, zboża, jaja), „sałata lodowa z jogurtem naturalnym (mleko), kompot wieloowocowy (jabłko, truskawka porzeczka, śliwka)	Mus owocowy
23.01.2026 Piątek	Kanapka z pieczywa pszenno-żytniego (zboża, gluten) z masłem 82% (mleko) z tuńczykiem (ryby) w sosie własnym, ogórek zielony, papryka czerwona i żółta, kawa zbożowa INKA (zboża, gluten) z mlekiem 2% (mleko), herbata z cytryną i imbirem (cytrusy) - połowa jabłka	Zupa z soczewicy z jarzynami (seler korzeń, marchew, pietruszka korzeń, natka pietruszki, cebula) z ziemniakami z śmietaną 30% (mleko), makaron pszenny Lubella (zboża, gluten, jaja) z twarogiem półtłustym (mleko), marchewka do chrupania, kompot wieloowocowy (jabłko, truskawka porzeczka, śliwka)	Gruszka

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor