Intendentpro

Jadłospis Przedszkole nr 1 02-6.11

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

02.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenny graham
Masło ekstra (z mleka)
Jajko gotowane
Składniki: **jaja** kurze całe
Pomidor
Szczypiorek
Papryka czerwona
Rzodkiewka
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
Gruszka

Obiad

Zupa ziemniaczana
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Naleśniki z twarogiem i sosem jogurtowo- truskawkowym
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, truskawki, mrożone, **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy, miód pszczeli
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Budyń czekoladowy
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, jabłko, **jaja** kurze całe, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), cukier, skrobia ziemniaczana

03.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Kanapka z nutella własnego wyrobu
Składniki: chleb mieszany pytlowy (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**), miód pszczeli, kakao 16%, proszek
Płatki jaglane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki jaglane
Banan

Obiad

Krem z dyni
Składniki: dynia, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, ziemniaki, woda, pomidory w puszce krojone, cebula, masło ekstra (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, kurkuma, imbir suszony mielony
Spaghetti bolognese
Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, cukinia, marchew, cebula, olej rzepakowy, natka pietruszki
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Cynamonki
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, cukier, rodzynki, suszone, masło ekstra (z **mleka**), drożdże piekarskie, prasowane, cynamon
Kawa inka na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

04.11.2026 Środa

Śniadanie

Chleb pszenny graham
Masło ekstra (z mleka)
Pieczeń wieprzowa rzymska
Składniki: wieprzowina szynka surowa, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, skrobia ziemniaczana, natka pietruszki, czosnek, gałka muszkatołowa, sól biała, pieprz
Ogórek kiszony
Kawa inka na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Obiad

Zupa buraczkowa
Składniki: woda, burak, ziemniaki, kurczak, tuszka, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), sok ze świeżej cytryny, olej rzepakowy, czosnek, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Kopytka z serem i szpinakiem
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, ser biały półtłusty, ziemniaki, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), szpinak, mrożony, czosnek, sól biała
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kasza manna na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)
Mus jagodowy własnego wyrobu
Składniki: jagody mrożone, cukier

05.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Bułka grahamka z serem i sałatą
Składniki: bułki **pszenne** grahamki, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), sałata
Szczypiorek
Ogórek
Herbata z cytryna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna, cytryna
Jabłko

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym
Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony
Kotlet schabowy
Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe
Ziemniaki
Kapusta zasmażana z koperkiem
Składniki: kapusta biała, mąka **pszenna**, typ 450, cebula, koperek, olej rzepakowy, śmietana 18% (z **mleka**), sól biała, pieprz
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Zapiekanka
Składniki: chleb **pszenny** graham, pieczarki świeże, ser mozzarella (z **mleka**), cebula, keczup, masło ekstra (z **mleka**)
Herbata z cytryna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna, cytryna

06.11.2026 Piątek

Śniadanie

Kanapka z pastą twarogowo-jajeczną, papryka
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), papryka czerwona, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), koperek
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym z makaronem
Składniki: woda, pomidory w puszce krojone, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, makaron **pszenny** bezjajeczny, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, tymianek, oregano suszone
Paluszki rybne
Składniki: **miruna** mrożona (**ryba**), **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, sól biała, pieprz
Ziemniaki
Surówka z pora, marchewki i jabłka
Składniki: jabłko, por, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Chałka z dżemem wiśniowym
Składniki: chałki **pszenne** (**jaja**), dżem wiśniowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)
Kakao na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, kakao 16%, proszek