



OBIADEK ŚWIĄTECZNY

17.12.2025

ZUPA

Barszczyk czerwony z uszkami

II DANIE

Ziemniaki, rybka,
kapusta kiszona zasmażana



JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY 5

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	GRANOLA ORZECHOWA Z MLEKIEM, JABŁKO - Granola orzechowa - Mleko - Jabłko <i>Alergeny: gluten (1) mleko (7) orzechy (8)</i>	KANAPKA Z MASŁEM I GOTOWANĄ PIERSIĄ INDYKA, PAPRYKA, BAWARKA - Chleb mieszany - Masło - Pierś gotowana z indyka - Papryka - Herbata czarna - Mleko <i>Alergeny: mleko (7) gluten(1)</i>	I danie: krem szparagowy z groszkiem ptysiowym (zupa 250 ml, groszek ptysiowy 15g) (wywar drobiowy, przecier szparagowy, ziemniak, śmietanka roślinna, mąka, jajka, masło, sól) <i>Alergeny: gluten, seler, mleko, jaja</i> <i>Składniki odżywcze: białko 7g, węglowodany 26g, tłuszcze 6g, wartość energetyczna: 186 kcal</i> II danie: kolorowe pierożki z serem, jogurt grecki (pierogi 120g, jogurt 50g) (mąka pszenna, ser, jogurt, cukier, sól, sok ze świeżego buraka) <i>Alergeny: gluten, jaja, mleko</i> <i>Składniki odżywcze: białko 21g, węglowodany 51g, tłuszcze 11g, wartość energetyczna: 387 kcal</i>	ŚWIEŻE OWOCE - GRUSZKA, BANAN - Gruszka - Banan <i>Alergeny: -</i>
WTOREK	CHLEB MIESZANY, MASŁO, GOTOWANA PIERŚ INDYKA, SZYNKA WIEPRZOWA, SER ŻÓŁTY GOUDA, SAŁATA LODOWA, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, PAPRYKA, HERBATA OWOCOWA - Chleb mieszany - Masło - Gotowana pierś indyka - Szynka wieprzowa - Ser żółty gouda - Sałata lodowa - Pomidor - Ogórek zielony - Papryka - Herbata owocowa <i>Alergeny: 1</i>	PARÓWKA DROBIOWA, CHLEB MIESZANY Z MASŁEM, KETCHUPEM I OGÓRKIEM ZIELONYM - Parówki drobiowe - Masło - Chleb mieszany - Ketchup - Ogórek zielony <i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i>	I danie: krem pieczarkowy (250 ml) (pieczarki, cebula, włoszczyzna, śmietanka roślinna) <i>Składniki odżywcze: białko 10g, węglowodany 17g, tłuszcze 3,6g, wartość energetyczna: 140 kcal</i> II danie: kotlecik schabowy, ziemniaki, surówka z kiszzonej kapusty (mięso 70g, ziemniaki 140g, surówka 50g) <i>(Pierś z indyka, jajka, bułka tarta, sól, pieprz, majeranek, czosnek, ziemniaki, kalafior, sól, cukier, kapusta kiszona)</i> <i>Alergeny: jajko, gluten, mleko</i> <i>Składniki odżywcze: białko 21g, węglowodany 40g, tłuszcze 11g, wartość energetyczna: 343 kcal</i>	BUDYŃ WANILIOWY W SŁOICZKU, MANDARYNKA - Mleko - Budyń waniliowy - mandarynka <i>Alergeny: mleko (7)</i>
ŚRODA	JAŁCZNIKA Z NASIONAMI, BUŁKA Z MASŁEM, KABANOSEM I OGÓRKIEM KISZONYM, BAWARKA - Jajka - Siemię lniane - Mieszanka nasion - Bułka - Kabanos - Ogórek kiszony - Masło - Herbata - Mleko <i>Alergeny: 3, 7,10</i>	SOK JABŁKOWY, PAŁECZKA SERA TOPIONEGO, MARCHEWKA SUROWA - Sok jabłkowy - Pałeczka sera topionego - Marchewka <i>Alergeny: mleko (7)</i>		JABŁKO, CHRUPKI KUKURYDZIANE - Jabłko - Chrupki kukurydziane <i>Alergeny: -</i>
CZWARTEK	KANAPKI Z MASŁEM I 3 RODZAJAMI SERKÓW BIAŁYCH Z WARZYWAMI - Serek wiejski - Ser półtłusty kostka - Pasta serowo-paprykowa - Pomidor - Ogórek zielony - Sałata lodowa - Chleb mieszany - Masło <i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i>	WAFLE RYŻOWE Z DOMOWĄ NUTELLĄ, HERBATA OWOCOWA - Wafle ryżowe - Kakao - Daktyl - Mleko - Herbata owocowa <i>Alergeny: mleko (7), soja (6)</i>	I danie: zupa kalafiorowa (250ml) (wywar jarzynowy-włoszczyzna, ziemniak, kalafior, koperek, przyprawa Smak Natury) <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 7,5g, węglowodany 20g, tłuszcze 4,4g, wartość energetyczna: 150 kcal</i> II danie: udko pieczone, ziemniaki, coleslaw (Udko 70g, ziemniaki 140g, surówka 60g) (podudzie z kurczaka bez kości, sól, pieprz, papryka, olej, majeranek, czosnek, ziemniaki, rzodkiewka, jogurt naturalny) <i>Alergeny:</i> <i>Składniki odżywcze: białko 21 g, węglowodany 42g, tłuszcze 10,6g, wartość energetyczna: 347,4 kcal</i>	KOKTAJL Z BANANAMI I TRUSKAWKAMI NA KEFIRZE, WAFLE RYŻOWE - Banan - Truskawki - Kefir - Wafle ryżowe <i>Alergeny: mleko (7)</i>
PIĄTEK	BUŁKA KAJZERKA Z SERKIEM TOPIONYM, KIEŁBASĄ PODSUSZANĄ, PASTĄ Z TUŃCZYKA Z MAJONEZEM, OGÓREK KISZONY, RZODKIEWKA, KIEŁKI - Bułka kajzerka - Kiełbasa podsuszana - Tuńczyk - Majonez - Ogórek kiszony - Ogórek zielony - Rzodkiewka - Kiełki - Masło - Serek topiony <i>Alergeny: 1, 7, 10, 3,4</i>	CHLEB WASA Z PASZTETEM Z INDYKA, SEREM ŻÓŁTYM I OGÓRKIEM KISZONYM - Chleb wasa - Paszтет z indyka - Ser gouda - Ogórek kiszony <i>Alergeny: gluten (1) mleko, (7)</i>	I danie: krem marchewkowy (250 ml) (bulion, marchew, por) <i>Alergeny: -</i> <i>Składniki odżywcze: białko 4g, węglowodany 16g, tłuszcze 5 g, wartość energetyczna: 125 kcal</i> II danie: naleśniki z dżemem (naleśniki 140g, dżem 40g) (jajko, mąka, mleko, dżem truskawkowy) <i>Alergeny: gluten, jaja, mleko</i> <i>Składniki odżywcze: białko 14g, węglowodany 52g, tłuszcze 11g, wartość energetyczna: 363 kcal</i>	ŚWIEŻY OWOC – BANAN Banan <i>Alergeny: -</i>

Do potraw, u których nie ma podanego napoju jest podana woda źródlana 200 ml na osobę. Alergeny wymienione w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 1169/2011 podane zostały w nawiasach: gluten (1), skorupiaki (2), jaja (3), ryby (4), orzeszki ziemne (5), soja (6), mleko (7), orzechy (8), seler (9), gorczyca (10), sezam (11), dwutlenek siarki i siarczany (12), łubin (13), mięczaki (14). * Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy. Gramatura oraz kaloryczność posiłków zamieszczona jest na stronie internetowej Przedszkola