



# Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 20.04.2026

<b>Śniadanie:</b>	Kawa zbożowa (180ml), pieczywo pszenne, razowe (40g) z masłem (5g), wędlina (25g), ogórek, cykoria (30g), herbata z miodem i cytryną (180ml) <b>ALERGENY: 1, 7</b>
<b>Obiad:</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), indyk z warzywami i ananasem w sosie słodko- kwaśnym (160g), ryż (40g), sałata lodowa z papryką, serem feta, koperkiem, oliwą z oliwek (60g), kompot owocowy (180ml), cząstki melona <b>ALERGENY: 1, 3, 7</b>
<b>Podwieczorek</b>	Ciasto drożdżowe (40g), mleko czekoladowe (200ml), jabłko <b>ALERGENY: 1, 7</b>

WTOREK 21.04.2026

<b>Śniadanie:</b>	Kasza kukurydziana na mleku (200ml), pieczywo pszenne, razowe (40g) z masłem (5g), ser żółty (25g), pomidor, szczypiorek (25g), herbata z miodem i cytryną (180ml) <b>ALERGENY: 1, 7</b>
<b>Obiad:</b>	Zupa z soczewicy z makaronem na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), kotlet rybny (90g), ziemniaki z koperkiem (160g), surówka z ogórka kiszzonego z marchewką i oliwą z oliwek(60g), kompot owocowy (180ml), mandarynka <b>ALERGENY: 1, 3, 4, 7</b>
<b>Podwieczorek</b>	Bułka żytnia (35g) z masłem (5g), wędlina (20g), rzodkiewka (15g), herbata miętowa (200ml), rodzynki <b>ALERGENY: 1, 7</b>

ŚRODA 22.04.2026

<b>Śniadanie:</b>	Pieczywo pszenne, razowe (40g) z masłem (5g), pasta z wędliny i jajek ze szczypiorkiem (35g), papryka czerwona i żółta (25g), herbata z miodem i cytryną (180ml) <b>ALERGENY: 1, 3, 4, 7</b>
<b>Obiad:</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami (200ml), gulasz z mięsa wołowego z warzywami (90g), makaron penne (40g), napój owocowy (180ml), gruszka <b>ALERGENY: 1, 3, 7</b>
<b>Podwieczorek</b>	Bułka z ziarnami (35g), wędlina (20g), sałata rzymska (15g), herbata rumiankowa (180ml), cząstki ananasa <b>ALERGENY: 1, 7</b>

CZWARTEK 23.04.2026

<b>Śniadanie:</b>	Pieczywo pszenne, razowe (40g) z masłem (5g), wędlina (25g), pomidor malinowy, kielki (25g), herbata z miodem i cytryną (180ml) <b>ALERGENY: 1, 7</b>
<b>Obiad:</b>	Zupa krem szpinakowy na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), naleśniki z serem i polewą jogurtowo- owocową (180g), ananas, soczek owocowy (200ml) <b>ALERGENY: 1, 3, 7</b>
<b>Podwieczorek</b>	Bułka kajzerka (35g) z masłem (5g), humus pomidorowy (15g), ogórek kiszony (20g), herbata owocowa (180ml), banan <b>ALERGENY: 1, 6, 7</b>

PIĄTEK 24.04.2026

<b>Śniadanie:</b>	Płatki jaglane na mleku (200ml), pieczywo pszenne, razowe (40g) z masłem (5g), parówki z szynki (40g), papryka czerwona i żółta, ogórek (45g), sos pomidorowy, herbata z miodem i cytryną (180ml) <b>ALERGENY: 1, 7</b>
<b>Obiad:</b>	Zupa zacierkowa na wywarze mięsno- warzywnym (200ml), gołąbki w sosie pomidorowym (90g), ziemniaki z koperkiem (160g), mix warzyw na parze (70g), kompot owocowy (200ml), jabłko <b>ALERGENY: 1, 3, 7</b>
<b>Podwieczorek</b>	Serek owocowy (150g), chałka (35g), herbata rumiankowa (180ml), winogrona <b>ALERGENY: 1, 7</b>

- **Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec modyfikacji.**
- **W ciągu całego dnia Dzieci mają dostęp do wody źródlanej z dystrybutorów.**
- **W artykułach spożywczych, stosowanych do przygotowywania posiłków w przedszkolu, mogą znajdować się „alergeny ukryte”.**