

Jadłospis 13 - 17 X 2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
13/10/2025 Poniedziałek	Gwiazdki na mleku (200ml), pieczywo wieloziarniste z serkiem almette (75g), ogórek małosolny (40g), herbata z miodem (150ml), arbuz (100g)	Kapuśniak ze słodkiej kapusty (250ml), naleśniki z serem, jogurtem i borówkami (200g), marchew do chrupania (25g), napój miętowy (200ml),	Bułka z masłem (25g), parówka na gorąco (50g), pomidorki koktajlowe (40g), herbata owocowa (200ml)
14/10/2025 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą z sera żółtego (120g), papryka, kiełki (40g), herbata z miodem (150ml), arbuz (100g)	Ryżanka z jarzynami (250ml), pieczeń rzymska (105g), ziemniaki z koperkiem (120g), kapusta duszona z pomidorami (100g), kompot owocowy (200ml)	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i malinami (200g), herbatka owocowa (200ml)
15/10/2025 Środa	Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo graham z masłem i wędliną (75g), ogórek zielony, sałata (40g), herbata z miodem (150ml), arbuz (100g)	Krem z marchewki z grzankami (250ml), makaron ze szpinakiem i serem twarogowym (195g), kompot owocowy (200ml),	Chąłka z masłem (35g), kisiel truskawkowo-jabłkowy (180g), herbatka owocowa (200ml)
16/10/2025 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z twarogiem (80g), papryka żółta, kiełki (40g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Cebulowa z ziemniakami (250ml), pulpeciki drobiowe w sosie pomidorowym (120g), ryż brązowy (40g), surówka z ogórka kiszzonego (100g), napój lipowy (200ml),	Jabłko pieczone z miodem, cynamonem i płatkami migdałowymi (1/2 szt.), herbatka owocowa (200ml)
17/10/2025 Piątek	Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo żytnie z pastą słonecznikową (65g), ogórek zielony, kiełki (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Pieczarkowa z makaronem (250ml), ryba pieczona (100g), ziemniaki z koperkiem (120g), marchewka z groszkiem (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z nutellą domową (85g), herbatka owocowa (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

Alergeny: zboża, jaja, ryby, mleko, orzechy, seler, cytrusy

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*

Jadłospis 20 - 24 X 2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
20/10/2025 Poniedziałek	Płatki żytnie na mleku (200ml), pieczywo wieloziarniste z serkiem almette (60g), ogórek kiszony (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Zarzutka z ziemniakami (250ml), pierogi z serem i polewą morelową (170g), biała rzodkiew do chrupania (25g), napój miętowy (200ml),	Chleb graham z pastą z makreli wędzonej (60g), pomidor, rukola (40g), herbata owocowa (200ml)
21/10/2025 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą z soczewicy (80g), papryka, kiełki (40g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Koperkowa z ziemniakami (250ml), klops w sosie (100g), kasza gryczana (40g), buraczki duszone (100g), kompot owocowy (200ml)	Deser brzoskwiniowy z sosem jogurtowo-miodowym (100g), wafelek ryżowy (10g), herbatka owocowa (200ml)
22/10/2025 Środa	Zacierki na mleku (200ml), pieczywo graham z twarożkiem (65g), rzodkiewka, szczypiorek (40g), herbata z miodem (150ml), mandarynka (80g)	Krupnik z kaszy jęczmiennej (250ml), kopytka w sosie dyniowym (200g), mix sałat z sosem winegret (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z pastą parówkową (60g), ogórek małosolny (40g), herbatka owocowa (200ml)
23/10/2025 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą brokułową (75g), pomidor, kiełki (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Ziemniaczana z lubczykiem (250ml), filet z indyka pieczony w sosie koperkowym (135g), ryż na sypko (40g), surówka z marchewki i kukurydzy (100g), napój lipowy (200ml),	Tosty hawajskie (120g), ketchup (5g), herbatka owocowa (200ml)
24/10/2025 Piątek	Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo żytnie z masłem i jajkiem gotowanym (82g), papryka, roszponka (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Rosół z makaronem (250ml), pieczeń rybna (150g), ziemniaki z koperkiem (120g), surówka z kiszonej kapusty (100g), kompot z owocowy (200ml),	Jogurt bananowy (200g), herbatka owocowa (200ml)