

Jadłospis 27 - 31 X 2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
27/10/2025 Poniedziałek	Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo wieloziarniste z masłem i serem żółtym (75g), ogórek małosolny (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Kalafiorowa z ziemniakami (250ml), kluski leniwe z sosem maślano-miodowym (170g), surówka z marchewki i jabłka (100g), napój miętowy (200ml),	Chleb graham z pastą z szynki (60g), pomidor, rukola (40g), herbata owocowa (200ml)
28/10/2025 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą jajeczną (120g), papryka, kiełki (40g), herbata z miodem (150ml), banan (1/2 szt.)	Krem z cukinii z groszkiem ptysiowym (250ml), szynka pieczona w sosie chrzanowym (120g), kasza jęczmienna (40g), sałatka z pomidora (100g), kompot owocowy (200ml)	Budyń śmietankowy z sosem malinowym (200g), wafelek ryżowy (10g), herbatka owocowa (200ml)
29/10/2025 Środa	Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo graham z masłem i wędliną (75g), ogórek zielony, sałata (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Pomidorowa z makaronem (250ml), kotlet jajeczny (100g), ziemniaki (120g), brokuły gotowane (100g), kompot owocowy (200ml),	Bułka z masłem (35g), koktajl bananowo-truskawkowy na maślanec (200g), herbatka owocowa (200ml)
30/10/2025 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z twarogiem (80g), pomidor, kiełki (40g), herbata z miodem (150ml), gruszka (1/2 szt.)	Fasolowa z ziemniakami (250ml), kurczak pieczony (100g), ryż na sypko (40g), surówka z cykorii i jabłka z pomarańczą (100g), napój lipowy (200ml),	Sałatka owocowa (200g), herbatka owocowa (200ml)
31/10/2025 Piątek	Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo żytnie z pastą z awokado (65g), papryka żółta (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Ryżanka z jarzynami (250ml), ryba pieczona (100g), ziemniaki z koperkiem (120g), surówka z ogórka zielonego i pomidora (100g), kompot owocowy (200ml),	Chałka z masłem i miodem (65g), jabłko (1/2 szt.) herbatka owocowa (200ml)

Dzieci mają stały dostęp do wody niegazowanej butelkowej

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

** jadłospisy mogą ulegać zmianie.*

Jadłospis 3 - 7 XI 2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
03/11/2025 Poniedziałek	Zacierki na mleku (200ml), pieczywo wieloziarniste z serkiem almette (60g), ogórek małosolny (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Barszcz biały z ziemniakami (250ml), pierogi z truskawkami i polewą jogurtową (170g), kalarepka do chrupania (25g), napój miętowy (200ml),	Chleb graham z pastą z makreli wędzonej (60g), pomidor, rukola (40g), herbata owocowa (200ml)
04/11/2025 Wtorek	Kawa zbożowa na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą brokułową (80g), papryka, kiełki (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Porowo-ziemniaczana (250ml), gulasz wołowy w sosie (100g), kasza jaglana (40g), surówka z kapusty czerwonej (100g), kompot owocowy (200ml)	Deser bananowy z twarożkiem posypyany czekoladą (170g), wafelek ryżowy (10g), herbatka owocowa (200ml)
05/11/2025 Środa	Płatki żytnie na mleku (200ml), pieczywo graham z masłem i wędliną (65g), pomidor, sałata (40g), herbata z miodem (150ml), mandarynka (80g)	Zacierkowa z jarzynami (250ml), kotlet z kalafiora (120g), ziemniaki (120g), mizeria z jogurtem (100g), kompot owocowy (200ml),	Zapiekanka z serem żółtym (75g), ketchup (5g), kalarepka do chrupania (25g), herbatka owocowa (200ml)
06/11/2025 Czwartek	Kakao na mleku (200ml), pieczywo pszenno-żytnie z pastą z zielonego groszku (75g), papryka żółta (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Ogórkowa z ziemniakami (250ml), pieczeń drobiowa (135g), ryż brązowy (40g), surówka z białej rzodkwi (100g), napój lipowy (200ml),	Bułka z twarogiem (60g), mandarynka (80g), herbatka owocowa (200ml)
07/11/2025 Piątek	Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo żytnie z masłem i jajkiem gotowanym (82g), ogórek zielony, rukola (40g), herbata z miodem (150ml), jabłko (1/2 szt.)	Rosół z makaronem (250ml), burgery rybne (150g), ziemniaki z koperkiem (120g), surówka z pora i marchewki (100g), kompot z owocowy (200ml),	Salatka jarzynowa z jogurtem (200g), bułeczka z masłem (25g), herbatka owocowa (200ml)