Jadłospis Przedszkola nr 4 Biały konik
od 23.11.2026 do 27.11.2026*

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Skład/alergeny
Poniedziałek 23.11.2026 	Bułka włoska, chleb gryczany, masło, pasztet drobiowy, ogórek kiszony, dżem malinowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, kawa inka na mleku	Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym na bazie fasoli, pierogi leniwe, surówka z marchwi i jabłka słodzona brzoskwiniami, woda źródlana z pomarańczą	Bułka pieguska, chleb zwykły, masło, szynka biała, pomidor, ser żółty, sałata ozdobna, kakao na mleku	**ŚNIADANIE:** bułka włoska 30g : **(mąka pszenna, mąka żytnia ,mąka sojowa**), chleb gryczany 35 g, (**pszenica, mąka żytnia),** ogórek kiszony 10g, maliny 10 g, pasztet 15 g**(pszenica, mleko, jaja, soja),**kawa inka 5 g na mleku 200 g (mleko, jęczmień, żyto),cukier 0,002g, OBIAD: barszcz ukraiński- marchew 15g, ziemniaki 50 g, pierogi leniwe- twaróg 100g (**jajko 20g,mąka pszenna 50 g, mleko**), pietruszka 10g **(seler)** , por 6 g, cebula 5 g, natka 2 g, koper 2 g, fasola 30, buraki 50 g ,pomidory 2 g, kapusta biała 10 g, surówka z marchwi 80g, jabłka 10 g, brzoskwinia 20 g, woda źródlana 150 g , pomarańcza 10 g PODWIECZOREK :bułka piegus 30 g: (**mąka pszenna, żyto, owies, jaja,)** chleb zwykły 30g (mąka pszenna, mąka żytnia) ser żółty 20g **(mleko),** sałata 5 g, pomidor 40g, kakao 5g na mleku 200g **(mleko, soja, gluten)**,szynka biała 20 g, cukier 0,002 g
Wtorek 24.11.2026 	Bułka orkiszowa, masło pasta z wysokogatunkowej wędliny, papryka czerwona, płatki ryżowe na mleku, herbata dzika róża	Zupa ogórkowa, spaghetti z sosem warzywnym ze świeżą bazylią i żółtym serem, kompot wieloowocowy**,** owoc	Kisiel na soku jabłkowym z malinami, wafle z ciecierzycy, kawa zbożowa na mleku	**ŚNIADANIE :** bułka orkiszowa 30g : **(mąka pszenna, mąka żytnia),**masło 8 g **(mleko**), wędlina 20g majonez 3g **(jajko, gorczyca**), papryka czerwona 10g, płatki ryżowe na mleku 20g **(mleko200 g),** cukier 0,002g, herbata owocowa 150 g **OBIAD:** zupa ogórkowa- marchew 30 g, mięso drobiowe 10 g, pietruszka 20 g**,** seler 20 g **(seler),** por 6g ,natka 2 g, koper 2 g, śmietanka (18%) 15g**, (mleko**),ogórki kiszone 25g, ziemniaki 50g, makaron 50g **(mąka pszenna, mleko, jajko, seler**), ser żółty 10g **(mleko),** bazylia, pomidory 30g, koncentrat pomidorowy 5 g, łopatka 70g, kompot wieloowocowy 40 g, cukier 0,002 g, owoc 100g **PODWIECZOREK:** kisiel 100g, maliny 30 g, sok jabłkowy 80 g, wafle z ciecierzycy 15 g **(mleko, jaja, gluten),** kawa zbożowa 5 g na mleku 200g **(mleko, jęczmień, żyto)** cukier 0,002 g
Środa 25.11.2026 	Bułka włoska, chleb gryczany, masło, miód pszczeli, jajko, rzodkiewka, szczypiorek, kakao na mleku	Rosół na mięsie z perliczki z makaronem, gołąbek bez zawijania przygotowany na parze, sos pomidorowy, ogórek kiszony, ziemniaki, woda źródlana z rumiankiem, owoc	Ciasto maślankowe z przedszkolnego pieca z jabłkami, kawa inka na mleku	**ŚNIADANIE:** bułka włoska : 30g **(mąka pszenna, mąka żytnia, mąka sojowa)** masło 8g **(mleko**),miód pszczeli 10 g, jajko 15 g **(jajko),** szczypior 2 g, rzodkiewka 10g, kakao 5g na mleku 200g **(mleko, soja, gluten),** cukier 0,002g **OBIAD:** rosół – marchew 15 g. pietruszka 10 g, seler 10 g**(seler),** por 6 g, natka 2 g, koper 2 g, mięso z perliczki 20 g, makaron 20g **(jajko, mąka pszenna**), gołąbek – łopatka 70 g **(jajko5 g**), kapust biała 50g, pomidory 30g, koncentrat pomidorowy 5 g. ogórek kiszony 50g , ziemniaki 200g,owoc 100g woda 150 g rumianek 2 g **PODWIECZOREK:** ciasto maślankowe **(mąka pszenna 60 g, jajko10g**), maślanka 30 g **(mleko**),jabłka 2 g, olej 10 g, kawa inka 5g na mleku 200 g **(mleko, jęczmień, żyto),** cukier 0,002 g
Czwartek 26.11.2026 	Bułka piegus, masło, pasta z soczewicy czerwonej, kiełki, płatki owsiane na mleku słodzone miodem, herbata malinowa	Zupa krem z białych warzyw, schab panierowany, ziemniaki a'la frytki z pieca, dip jogurtowy, surówka z białej kapusty marchwi i jabłka, woda źródlana z cytryną, owoc	Kasza manna na mleku z musem wiśniowym z posypką z orzecha włoskiego, herbata zielona	**ŚNIADANIE:** bułka piegus 30 g: **(mąka pszenna),**masło 8g **(mleko),** kiełki 10g, soczewica 10 g, majonez 3 g **(jajko, gorczyca**), płatki owsiane na mleku 15g **(mleko),** mleko 200g, miód 10g, herbata malinowa 150 g, cukier 0,002 g **OBIAD:** zupa krem z białych warzyw – marchew 15 g, pietruszka 100 g**,** seler 100 g **(seler)**, ziemniaki 50g, por 6g, natka 2 g, koper 2 g, udko 10g ,śmietanka (18%) 15 g **(mleko**), schab panierowany 70g **(jajko 5 g, mąka pszenna 5 g),** bułka tarta 10 g (**gluten**),olej 25 g, ziemniaki 200g**,** dip jogurtowy – jogurt 50g **(mleko),** ketchup 5g**,** majonez 5 g **(jaja),** surówka z białej kapusty 80g, jabłko 10g, marchew 10 g, woda 150 g, cytryna 5 g , owoc 100 g **PODWIECZOREK:** kasza manna 25 g na mleku 200 g **(mleko, mąka pszenna**),wiśnie 50g, orzech włoski 2 g herbata zielona 150g, cukier 0,002 g
Piątek 27.11.2026 	Rogal, chleb kołodziej, masło, twarożek, rzodkiewka, dżem śliwkowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, kawa zbożowa na mleku	Zupa szczawiowa na wywarze warzywnym z jajkiem, kotlet rybny z miruny, ryż paraboliczny, marchewka z groszkiem, kompot jabłkowy, marchewka do chrupania	Koktajl jogurtowo – maślankowo - borówkowy, wafle ryżowe	**ŚNIADANIE:** rogal 35 g : **(mąka pszenna, jaja, mleko),** chleb kołodziej **30 g:(mąka żytnia, mąka żytnia)** masło 8g **(mleko),** twarożek 10g **(mleko),** śmietanka (18%) 5 g **(mleko**), rzodkiewka 10g, dżem śliwkowy 10g, kawa zbożowa 5 g na mleku 200g **(mleko, jęczmień, żyto),** cukier 0,002 g **OBIAD:** zupa szczawiowa: szczaw 30 g– marchew 15g, pietruszka 10 g, seler 10 g(**seler)**, por 6g , koper 2 g, natka 2 g, śmietanka 15g **(mleko),** bułka tarta 10 g **(gluten),** ziemniaki 50 g, jajko 2,5 g, ryż 35 g kotlet rybny 70g **(jajko 5 g , mąka pszenna 5 g),** marchewka z groszkiem 80 g, marchew 10 g, jabłko 10g, jabłka 50 g, marchew 50 g **PODWIECZOREK**: koktajl jogurtowo- maślankowy **(mleko**) 200g, borówka 50 g, wafle ryżowe 10g

***przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian, woda źródlana dostępna w każdej grupie przez cały dzień, tłustym drukiem oznaczono alergeny mogące znajdować się w danym daniu lub produkcie, potrawy przygotowywane w piecu konwekcyjno – parowym, składy wszystkich potraw do wglądu u intendenta**