



Jadłospis Przedszkola nr 4 Biały konik

09.02.2026 do 13.02.2026*

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Skład/alergeny
Poniedziałek 09.02.2026 	Bułka wrocławska, chleb kołodziej, masło, dżem wiśniowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, ser żółty, pomidor, kakao na mleku	Krem kalafiorowy, kotlet mielony drobiowo - wieprzowy z ziemniakami puree i koperkiem, mini marchewka gotowana na maśle, sok owocowo-warzywny 100%, owoc	Ryż na mleku z musem jabłkowym, herbata malinowa	ŚNIADANIE: bułka wrocławska 30 g: (mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, sól, olej rzepakowy, polepszacz do pieczywa (mąka pszenna , emulgator, mąka sojowa , środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, enzymy) chleb kołodziej 30 g: (mąka żytnia , woda mieszanika piekarska (płatki owsiane , nasiona słonecznika, płatki z pszenicy orkisz , siemię lniane, włókna roślinne (babki płesznik, owoców cytrusowych, owsa, jabłka, pszenicy) pestki dyni, nasiona sezamu , ziarna żyta , sól kielki pszenicy , gluten pszenny , skstrakt ze słoju jęczmiennego, olej rzepakowy) zakwas piekarski (zakwas żytni (częściowo prażona mąka żytnia , woda, dojrzaly zakwas), kwas: kwas octowy, ekstrakt ze słoju jęczmiennego drożdże, sól, masło 8g (mleko), ser żółty 30g (mleko), pomidor 40g, wiśnie 10g, kakao 5g na mleku 200g cukier 5g (mleko , soja , gluten)). OBIAD: zupa kalafiorowa – marchew 15 g, pietruszka 10, seler 10 g (seler), por 6 g, natka 2 g, koper 2 g, cebula 5 g, kalafior 100g śmietanka 18 %15g (mleko), łopatką wieprzowa 10g, mięso wieprzowe 35g- drobiowy 35g, (jajko 5g , mąka pszenna), ziemniaki 200g puree z koperkiem, (mleko), marchewka gotowana 80g, masło 2g (mleko), sok owocowo-warzywny 100% 150 g, owoc, PODWIECZOREK: ryż 25 g na mleku 200g z musem jabłkowym 80g, herbata malinowa 150g, cukier 3g
Wtorek 10.02.2026 	Bułka wieloziarnista, masło, szynka z indyka gotowana, papryka czerwona, płatki czekoladowe z mlekiem, herbata truskawkowa	Zupa pomidorowa z makaronem, gulasz wieprzowy z kaszą jęczmienną - gryczaną, buraki gotowane, kompot wielowocowy, owoc	Placki kefirowe z gruszką i cukrem pudrem, kakao na mleku	ŚNIADANIE: bułka wieloziarnista 50 g: (mąka pszenna , woda, koncentrat pieczywa wieloziarnistego 32,79 % (płatki sojowe (26,5 %), ziarno słonecznika (22%), siemię lniane (17%), otręby pszenne , mąka ze słoju żytniego jęczmień, sól jógowans (sól, jodan potasu), cukier, gluten pszenny , olej rzepakowy, substancja zagęszczająca (guma guar), emulgator (mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych estyfikowane kwasem mono i diacetylowinowym), dekstroza, mąka ze słoju pszennego enzymy, środek do przetwarzania mąki (kwas askorbinowy), drożdże, mieszanika wieloziarnista 2,46% (siemię lniane, proso, słonecznik, sezam), olej rzepakowy masło 4 g (mleko), płatki czekoladowe 25 g z mlekiem 200 g (mleko , mąka pszenna), filet z indyka gotowany 20g (mięso z indyka 80 % woda, sól, syrop glukozowy, cukier, przyprawy naturalne, substancja zagęszczająca: karagen, substancja konserwująca: azotan sodu. Oslonka niejadalna., Produkt bezglutenowy), papryka czerwona 10 g, herbata truskawkowa 150g, cukier 5 g OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem 20g- marchewka 30 g, pietruszka 20 g, seler 20 g (seler), por 6 g, cebula 5 g, makaron 20g (jaja , mąka pszenna) natka 2 g, udko 10g, (śmietanka , jajko , mąka pszenna) mięso wieprzowe 70g, koncentrat pomidorowy 5 g, pomidory 40g, kasza jęczmienna 18 g – gryczana 18 g (mąka pszenna , może zawierać gluten , jęczmień), buraczki 100 g, jabłka 10g owoc, kompot wielowocowy 40g, cukier 5g PODWIECZOREK: placki kefirowe 50g z gruszką (mąka pszenna 50g, mleko , jajko 10g), gruszka 50 g, soda 1 g, kakao na mleku 5 g (mleko 200g, soja , gluten), cukier 5g
Środa 11.02.2026 	Bułka pieguska, chleb zwykły, masło, pasta z makreli, ogórek kiszony, dżem truskawkowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, kawa inka na mleku	Grochówka na mięsie, z zieleciną, pyzy drożdżowe na parze z sosem twarogowo - jogurtowo-truskawkowym, sok pomarańczowy 100%, marchewka do chrupania	Zapiekane bagietki z serem, szynką i ketchupem, kawa zbożowa na mleku	ŚNIADANIE: bułka pieguska: mąka pszenna , woda, siemię lniane 3,38%, drożdże, cukier, sól, olej rzepakowy, polepszacz do pieczywa (mąka pszenna , emulgator, mąka sojowa , środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, enzymy) chleb zwykły 30g : mąka pszenna , woda, mąka żytnia , sól, drożdże, masło 4g (mleko), cukier 5g, makrela wędzona 15g (ryba) ogórek kiszony 10 g, truskawki 10g, kawa inka 8g na mleku 200g (mleko , jęczmień , żyto), cukier 5 g OBIAD: zupa grochowa-marchew 15 g, pietruszka 10g, seler 10g (seler), por 6g, cebula 5 g, natka 2 g, koper 2 g, groch 30g, łopatką wieprzowa 10g, wędzonka 10g (kielbasa: mięso wieprzowe 44 %, karczek wieprzowy 33 %, woda, tłuszcz wieprzowy, skrobia ziemniaczana, osłonka jadalna, bionniki roślinne (cytrusowy, ziemniaczany), hydrolizat białka roślinnego, skrobia kukurydziana, sól. Produkt może zawierać zboża zawierające gluten , gorczyce seler , soję , mleka , jajka Boczek wędzony: sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca, azotan sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto 133 g boczku wieprzowego. Produkt bezglutenowy), pyzy (mleko , jajko , mąka pszenna), sos twarogowo 30g-jogurtowy 30g (mleko), truskawki 30g, sok pomarańczowy 100% 150 g, marchewka 50g PODWIECZOREK: bagietki 50g : (mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, sól, olej rzepakowy, polepszacz do pieczywa (mąka pszenna , emulgator, mąka sojowa , środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, enzymy) ser żółty 30g (mleko), szynka 20g (szynka wieprzowa, sól, cukier, przyprawy naturalne stabilizatory difosforan disodowy, trifosforan pentasodowy, polifosforan sodu, substancja zagęszczająca: karagen, białko wieprzowe, substancja konserwująca: azotan sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto 120 g mięsa wieprzowego. Produkt bezglutenowy), kawa zbożowa 5 g na mleku 200g (mleko , żyto , jęczmień), cukier 5 g
Czwartek 12.02.2026  <i>Dzisiaj Tłusty Czwartek Życze Smacznego :))</i>	Bułka włoska, masło, szynka drobiowa, sałata, płatki kukurydziane na mleku, herbata owoce leśne	Biały barszcz z makaronem, pieczony w świeżych ziołach udziec z kurczaka z prażoną kaszą bulgur, sałatka z pomidorów, kompot jabłkowy, owoc	Pączek z nadzieniem malinowym, kawa inka na mleku	ŚNIADANIE: bułka włoska 30g : mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, sól, olej rzepakowy, polepszacz do pieczywa (mąka pszenna , emulgator, mąka sojowa , środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, enzymy) chleb grzeczany 35 g : (mąka pszenna typu 750, woda mieszanika ziemniaczana 45,05% (mąka pszenna , typu 750, mąka żytnia typu 720, grysczany (10%), słonecznik łuskany, siemię lniane , soja łamana prażona, sól, sól jęczmienny ciemny, gluten pszenny , mąka sojowa , sól pszenny jasny suchy kwas żytni , (mielone produkty żytnie , kultury starterowe), płatki ziemniaczane, przyprawa ziołowa: kolendra, środki do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy enzymy piekarnicze), woda drożdże, szynka drobiowa 20g (filet z kurczaka 85 %, udo z kurczaka 18%, syrop glukozowy, sól, cukier, przyprawy naturalne, substancje konserwujące, azotan sodu. Produkt bezglutenowy), sałata 5 g, płatki kukurydziane 25 g z mlekiem 200g, herbata owoce leśne 150g, cukier 5g OBIAD: zupa biały barszcz – marchew 15 g, pietruszka 10 g, seler 10g (seler) por 6 g, cebula 5 g, natka 2 g, koper 2 g, śmietanka 18 % 15g, (mleko), makaron 20g (jaja , mąka pszenna) mięso drobiowe 10g, sok z kapusty 30 g, podudzie z kurczaka 150g, kasza bulgur 35g (mąka pszenna), pomidory 80g, jabłka 50 g, owoc PODWIECZOREK: pączek 100g (mleko , jaja , mąka pszenna), malina 10 g, kawa inka 8g na mleku 200g (mleko , jęczmień , żyto), cukier 5 g
Piątek 13.02.2026 	Bułka wrocławska, chleb kołodziej, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, dżem wielowocowy przygotowany w kuchni przedszkolnej, kawa zbożowa na mleku	Żurek góralski na maślanie, pulpecik rybny w sosie pomidorowym, makaron, surówka z kiszonej kapusty marchwi i jabłka, kompot śliwkowy, owoce	Mus serowo-brzoskwiinowy na wafli ryżowym z posypką z prawdziwej czekolady min. 70%, herbata melisa	ŚNIADANIE: : bułka wrocławska 30 g: (mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, sól, olej rzepakowy, polepszacz do pieczywa (mąka pszenna , emulgator, mąka sojowa , środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, enzymy) chleb kołodziej 30 g: (mąka żytnia , woda mieszanika piekarska (płatki owsiane , nasiona słonecznika, płatki z pszenicy orkisz , siemię lniane, włókna roślinne (babki płesznik, owoców cytrusowych, owsa, jabłka, pszenicy) pestki dyni, nasiona sezamu , ziarna żyta , sól kielki pszenicy , gluten pszenny , skstrakt ze słoju jęczmiennego, olej rzepakowy) zakwas piekarski (zakwas żytni (częściowo prażona mąka żytnia , woda, dojrzaly zakwas), kwas: kwas octowy, ekstrakt ze słoju jęczmiennego drożdże, sól, masło 8g (mleko), pasta jajeczna 15 g z majonezem 5g (jajko , gorczyca), szczypiorek 5g, dżem wielowocowy 10g, kawa zbożowa 5g, na mleku 200g (mleko , żyto , jęczmień) cukier 5 g OBIAD: żurek-marchew 15, pietruszka 10 g, seler 10g (seler), por 6g, koper 2 g , natka 2 g, cebula 5 g, ziemniaki 100g, żur 20g (mleko , mąka żytnia), maślanka 40g (mleko), łopatką 10g, wędzonka 20g (kielbasa: mięso wieprzowe 44 %, karczek wieprzowy 33 %, woda, tłuszcz wieprzowy, skrobia ziemniaczana., osłonka jadalna, bionniki roślinne (cytrusowy, ziemniaczany), hydrolizat białka roślinnego, skrobia kukurydziana, sól. Produkt może zawierać zboża zawierające gluten , gorczyce seler , soję , mleka , jajka Boczek wędzony: sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca, azotan sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto 133 g boczku wieprzowego. Produkt bezglutenowy) , miruna 70g (ryba , jajko 5 g , gluten , produkty ze zbóż), makaron (mąka pszenna) pomidory 40 g, koncentrat pomidorowy 5 g, śmietanka 10g (mleko), kapusta kiszona 80g, śliwki 40 g, owoc PODWIECZOREK: mus serowo – brzoskwiinowy ser 35 g (mleko), brzoskwinia 20g, czekolada 3 g (może zawierać orzechy, jajka , mleko , zboża gluten , soja), śmietana 3 g (mleko), herbata melisa 150 g, cukier 5 g

*przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian, woda źródłana 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, skład wszystkich potraw do wglądu u intendenta