



Jadłospis Przedszkola nr 4 Biały konik

07.09.2026 do 11.09.2026*

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Skład/alergeny
Poniedziałek 07.09.2026 	Bułka wrocławska, chleb kołodziej, masło, dżem wiśniowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, ser żółty, pomidor, kakao na mleku	Krem kalafiorowy, kotlet mielony drobiowy - wieprzowy z ziemniakami puree z koperkiem, mini marchewka gotowana na maśle, woda źródlana z cytryną, owoc	Ryż na mleku z musem jabłkowym i żurawiną, wafle kukurydziane, herbata malinowa	ŚNIADANIE: bułka wrocławska 30g: (mąka pszenna żyto, owies, jaja, mleko, sezam), chleb kołodziej 30 g:(jajo, mleko, sezam) 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), mięso wieprzowe 35g- drobiowy 35g, (jajko 5g, mąka pszenna), ziemniaki 200g puree z koperkiem, (mleko), marchewka gotowana 80g, masło 2g (mleko), woda źródlana 150 ml, cytryna 10 g, owoc, PODWIECZOREK: ryż 25 g na mleku 200g z musem jabłkowym 80g, wafle kukurydziane 18 g, żurawina 10 g, herbata malinowa 150g , cukier 3g
Wtorek 08.09.2026 	Bułka wieloziarnista, masło, pasta z suszonych pomidorów i tofu, szczypiorek, płatki zbożowe z miodem, herbata truskawkowa	Zupa pomidorowa z makaronem, gulasz z selera pieczonego z kaszą jęczmienną - gryczaną, burakami gotowanymi, kompot wielowocowy, owoc	Placki kefirowe z gruszką i cukrem pudrem, kakao na mleku	ŚNIADANIE: bułka wieloziarnista 35g: (żyto, owies, jaja, mleko, sezam), masło 4 g(mleko), płatki zbożowe 25 g z mlekiem 200 g (mleko, mąka pszenna), tofu 10g , szczypiorek 10 g, pomidory suszone 5 g, herbata truskawkowa 150g, cukier 5 g OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem 20g- marchewka30 g, pietruszka 20 g, seler 20 g(seler), seler 150 g (seler), por 6 g, cebula 5 g, grzyby suszone 1g, makaron 20g (jaja, mąka pszenna) natka 2 g, łopatka 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 09.09.2026 	Bułka pieguska, chleb zwykły, masło, pasta z tuńczyka, ogórek kiszony, dżem truskawkowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, kawa inka na mleku	Biały barszcz z makaronem razowym, pieczony w świeżych ziołach udziec z kurczaka z prażoną kaszą bulgur, sałatka z pomidorów, kompot jabłkowy, owoc	Zapiekane bagietki z serem, szynką i ketchupem, kawa zbożowa na mleku	ŚNIADANIE: bułka pieguska 35g: (mąka pszenna, żyto, owies, jaja, mleko, sezam), chleb zwykły 30g : (mąka pszenna, żytnia) masło 4g (mleko), cukier 5g, tuńczyk wędzona 15g (ryba), ogórek kiszony 10 g, truskawki 10g, kawa inka 8g na mleku 200g (mleko, jęczmień, żyto), cukier 5 g 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: bagietka 50g :(żyto, owies, jaja, mleko, sezam), ser żółty 30g (mleko), szynka 20g (kawa zbożowa 5 g na mleku 200g (mleko, żyto, jęczmień), cukier 5 g
Czwartek 10.09.2026 	Bułka włoska, masło, szynka drobiowa, sałata, płatki czekoladowe na mleku, herbata owoce leśne	Grochowy krem z razowymi grzankami, pyzy drożdżowe na parze z sosem twarogowo - jogurtowo-truskawkowym, woda źródlana z rumiankiem, marchewka do chrupania	Parówki 100% z szynki w cieście francuskim z posypką słonecznika, ketchup, kawa inka na mleku	ŚNIADANIE: bułka włoska 30g: (mąka pszenna, mąka żytnia), szynka drobiowa 20g ,sałata 5 g, płatki czekoladowe 25 g z mlekiem 200g, herbata owoce leśne 150g, cukier 5g OBIAD: krem grochowa- marchew 15 g, pietruszka 10g, seler 10g(seler), por 6g, cebula 5 g, groch 40g oliwa z oliwek 1 g, natka 2 g, czosnek 1 g, chleb razowy 15 g, pyzy (mleko, jajko, gluten), sos twarogowo 30g-jogurtowy 30g (mleko), truskawki 30g, woda źródlana 150 g, rumianek 10 g, marchewka 50g PODWIECZOREK: Parówki 100% 40g (mleko, soję seler, gorczyca), ciasto francuskie 50g (mąka pszenna), ketchup 15g, słonecznik 5g, kawa inka 5g na mleku 200g (mleko, jęczmień, żyto), cukier 5g,
Piątek 11.09.2026 	Bułka wrocławska, chleb kołodziej, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, dżem wielowocowy przygotowany w kuchni przedszkolnej, kawa zbożowa na mleku	Żurek góralski na maśle, pulpecik rybny w sosie pomidorowym, makaron, surówka z kiszonej kapusty marchwi i jabłka, kompot śliwkowy, owoce	Mus serowo-brzoskwiniowy na wafli ryżowym z posypką, z prawdziwej czekolady min. 70%, herbata melisa	ŚNIADANIE bułka wrocławska 30g: (mąka pszenna, żyto, owies, jaja, mleko, sezam), chleb kołodziej 30 g:(mąka żytnia, jajo, mleko, sezam) 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), łopatka 10g, wędzonka 20g, 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 – brzoskwiniowy 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 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, składki wszystkich potraw do wglądu u intendenta