JADŁOSPIS NA LISTOPAD 2026 r. -Przedszkole

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 02.11.2026	**Mleko** 200g, Herbata, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Szynka** drobiowa /**Ser** żółty 15g, ogórek na sałacie ze szczypiorkiem, Rzodkiewka ,papryka 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g ***430 kcal A-1,3,4,5***	**Zupa Pomidorowa z ryżem i marchewką** 300g, Makaron świderki z twarogiem i śmietanką 200 g ***665 kcal A-1,2,3,5,***	Banan 1 szt. ***120 kcal***	***1215 kcal***
Wtorek 03.11.2026	**Zupa mleczna** 250 g, Herbata z cytryną, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Szynka drobiowa** /ser 15g, ogórek kiszony i świeży , Rzodkiewka na sałacie 15g Chipsy jabłkowe **, Jajko** na twardo w plasterkach **Twarożek** waniliowy 5g ***420cal A-1,2, 3,4,5***	Zupa Buraczkowa z ziemniakami **(na wywarze warzywnym)**300g Udko kurczaka w sosie marchewkowym 60 g Ziemniaki puree 120 g Surówka z kapusty białej 50 g **675 kcal A-1,3,5**	**Jogurt** owocowy ***90 kcal A-1***	***1185 kcal***
Środa 04.11.2026	Kawa Inka , Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g,Szynka drobiowa /ser żółty15g, ogórek kiszony i świeży , Rzodkiewka/Papryka świeża na sałacie 15g, Miód 3g ***440 kcal A-1, 3, 4,5***	Zupa Fasolowa z ziemniakami **(na wywarze warzywnym)** 300g Ryż z jabłkami i cynamonem 200 g ***665 kcal A-1,3,5***	Gruszka ***80 kcal***	***1185 kcal***
Czwartek 05.11.2026	**Kakao** 200 g, Herbata, **Pieczywo** mieszane 50g , **masło** 10g, **Parówka z** szynki 15g,Ogórek, jajko na twardo w plasterkach ,Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża na sałacie 15g, oliwki ,**ketchup** Chipsy jabłkowe ***435 kcal A-1,2,3,4,5***	Zupa Krem z białych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi **(na wywarze warzywnym)**300g Bitki wieprzowe w sosie 60 g Kasza jęczmienna 120 g Surówka z pekinki 50 g ***650 kcal A-1 ,3,5***	Budyń ***120 kcal A-1,3***	***1205 kcal***
Piątek 06.11.2026	Herbata z cytryną, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Ser** żółty /**Pasztet** delikatesowy 15g, Pomidor , ogórek korniszon ,Papryka świeża rzodkiewka na sałacie 15g **Sałatka ryżowa** 10g ***430 kcal A-1,2, 3,5***	Zupa Krupnik 300g Paluszki rybne 60g Ziemniaczki puree 120 g Marchewka z groszkiem 50 g ***665 kcal A-1,2,3,5,6***	Jabłko , **90 kcal**	***1185 kcal***

***** WODA DOSTĘPNA JEST CAŁY CZAS W SALACH**

(A) ALERGENY : Mleko (1), Jaja(2), Gluten (3), Gorczyca (4) , Seler(5) , Ryba (6) ,Orzechy. Sezam (7)

Menu zatwierdzone przez Dietetyka mgr Katarzynę Homme

Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 09.11.2026	**Mleko** 200g, Herbata z cytryną, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Szynka** drobiowa / **Ser** żółty 15g , ogórek kiszony , Rzodkiewka /Papryka świeża na sałacie 15g Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g ***430 kcal*** ***A-1,3,4,5***	Zupa Rosół z makaronem i marchewką i natką pietruszki 300g, Indyk w sosie z warzywami 60g Ryż 120g, ***665 kcal*** ***A-1,2,3,5***	Jabłko , ***90 kcal***	***1185 kcal***
Wtorek 10.11.2026	**Zupa mleczna** 250g, Herbata , **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g,**Szynka** z beczki 15g, , jajko na twardo w plasterkach ogórek świeży , Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, Chipsy jabłkowe Twarożek waniliowy 5g ***435 kcal*** ***A-1,2, 3,4,5***	**Zupa Ogórkowa** z ziemniakami 300g, Jajko w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki puree 120 g Surówka z marchewki i jabłka 50 g ***665 kcal*** ***A-1,2,3,4,5***	Kasza manna z musem truskawkowym ***90 kcal*** ***A-1***	***1100 kcal***
Środa 11.11.2026	*ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI*			
Czwartek 12.11.2026	**Kawa Inka** 200 g, Herbata, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Ser żółty** 15g, Ogórek kiszony ,pomidor 15g, rzodkiewka na sałacie 15g, **Jajko** na twardo w plasterkach, Chipsy jabłkowe **Dżem truskawkowy nisko słodzony** 5g **435** ***kcal*** ***A-1,2 ,3,***	Zupa Kalafiorowa z ziemniakami **(na wywarze warzywnym)**300g, Gulasz wieprzowy 60g Kasza jęczmienna 120 Surówka : buraczki 50 g **665 kcal** **A-1,3,5**,6	Kisiel owocowy ***110 kcal*** ***A-3***	***1210 kcal***
Piątek 13.11.2026	Herbata z cytryną, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Pasztet** delikatesowy /**Ser** żółty , Pomidor Ogórek świeży/ rzodkiewka na sałacie 15 g **Sałatka makaronowa** 10g ***440 kcal*** ***A-1,2,3***	Zupa z pora z kaszą kus-kus 300g, Tilapia smażona 60 g Ziemniaki puree 120 g Surówka z kapusty kiszonej 50 g ***655 kcal*** ***A-1,3,5,6***	Banan ***120 kcal***	***1215 Kcal***

***** WODA DOSTĘPNA JEST CAŁY CZAS W SALACH**

(A) ALERGENY : Mleko (1), Jaja(2), Gluten (3), Gorczyca (4) , Seler(5) , Ryba (6) ,Orzechy. Sezam (7)

Menu zatwierdzone przez Dietetyka mgr Katarzynę Homme

Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 16.11.2026	**Mleko** 200g,Herbata owocowa . **Pieczywo** mieszane 50g , **masło** 10g, **Szynka drobiowa /Ser żółty** 15g, Ogórek kiszony ,Ogórek świeży Papryka , rzodkiewka na sałacie 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g **435 *kcal*** ***A-1,3,4,5***	Zupa Pomidorowa z ryżem i marchewką 300g, **Spaghetti bolognese z** tartą marchewką **200 g** ***665 kcal*** ***A-1,2,3,5***	Banan ***120 kcal A-1,3***	***1220 kcal***
Wtorek 17.11.2026	**Zupa mleczna** 250 g, Herbata z cytryną, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Szynka drobiowa** 15g, ogórek kiszony , papryka Rzodkiewka na sałacie 15g Chipsy jabłkowe **, Jajko** na twardo w plasterkach **Twarożek** waniliowy 5g ***435 kcal*** ***A-1,2, 3,4***,5	Zupa Kapuśniaczek z ziemniakami 300g, Bitki wieprzowe w sosie 60 g Kasza jęczmienna 120 g Surówka colesław 50 g ***670 kcal*** ***A-3,5***	**Jogurt** owocowy ***90 kcal A-1***	***1195 kcal***
Środa 18.11.2026	Kakao , Herbata z cytrynką , **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, Szynka drobiowa/ ser 15g,ogórek kiszony i świeży , Rzodkiewka/Papryka świeża na sałacie 15g, *Miód 3g* ***445 kcal*** ***A-1, 3, 4,5***	Zupa Fasolowa z ziemniakami **(na wywarze warzywnym)** 300g Ryż z jabłkami i **cynamonem 200 g** ***665 kcal*** ***A-1,3, 5***	Gruszka ***80 kcal***	***1190 kcal***
Czwartek 19.11.2026	**Kawa Inka** 200 g, Herbata, **Pieczywo** mieszane 50g , **masło** 10g, **Parówka z** szynki 15g,Ogórek, jajko na twardo w plasterkach ,Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża na sałacie 15g, oliwki ,**ketchup** Chipsy jabłkowe ***435 kcal*** ***A-1,3,4,5***	Zupa Żurek z ziemniakami 300 g Naleśniki z twarożkiem waniliowym i dżemem truskawkowy nisko słodzonym **200 g** ***650 kcal*** ***A-1,2 ,3***,5	Budyń **120 kcal** ***A-1, 3***	***1205 kcal***
Piątek 20.11.2026	Herbata z cytryną, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Ser** żółty /**pasztet** delikatesowy 15g, Pomidor , ogórek korniszony , papryki na sałacie , rzodkiewka 15g **Sałatka jarzynowa** 10 g ***430 kcal*** ***A-1,2,3,5,***	Zupa Krupnik z ziemniakami **(na wywarze warzywnym)**300g Paluszki rybne 60g Ziemniaczki puree 120 g Marchewka z groszkiem 50 g ***665 kcal*** ***A-1,2,3,5***,6	Jabłko ***90 kcal***	***1185 kcal***

***** WODA DOSTĘPNA JEST CAŁY CZAS W SALACH**

(A) ALERGENY : Mleko (1), Jaja(2), Gluten (3), Gorczyca (4) , Seler(5) , Ryba (6) ,Orzechy. Sezam (7)

Menu zatwierdzone przez Dietetyka mgr Katarzynę Homme

Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 23.11.2026	**Mleko** 200g, Herbata z cytryną, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Szynka** drobiowa / **Ser** żółty 15g , ogórek kiszony , Rzodkiewka /Papryka świeża na sałacie 15g Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g ***430 kcal*** ***A-1,3,4,5***	Zupa Rosół z makaronem i marchewką i natką pietruszki 300g, Potrawka z kurczaka z warzywami (marchewka /groszek zielony , fasolka szparagowa) 60g Ryż 120g, ***665 kcal*** ***A-1,2,3,5***	Jogurt owocowy ***90 kcal*** ***A-1***	***1185 kcal***
Wtorek 24.11.2026	**Zupa mleczna** 250g, Herbata , **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g,**Szynka** z beczki 15g, , ogórek świeży , Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, **Jajko** na twardo w plasterkach, Chipsy jabłkowe **Twarożek** waniliowy 5g ***425 kcal*** ***A-1,2, 3,4,5***	Zupa Barszcz biały z ziemniakami 300g, Pierogi leniwe okraszone masełkiem z bułką tartą 200 g ***675 k cal*** ***A-1,2,3,4,5***	Jabłko ***90 kcal***	***1190 kcal***
Środa 25.11.2026	Kakao , Herbata owocowa , Pieczywo 50g, masło 10g, **Szynka drobiowa** /ser 15g, /Ogórek świeży , korniszony , papryka świeża ,rzodkiewka na sałacie 15g Miód 3 g ***435 kcal*** ***A-1,3,4,5***	Zupa **Grochówka z ziemniakami (na wywarze warzywnym)**300 g Makaron kokardki z musem truskawkowym 200g ***670 kcal*** ***A-1,2,3,5***	Gruszka ***80 kcal***	***1185 kcal***
Czwartek 26.11.2026	**Kawa Inka** 200 g, Herbata, **Pieczywo** pszenne 50g, **masło** 10g, **Ser żółty** 15g, jajko na twardo w plasterkach ,Ogórek kiszony ,pomidor 15g, rzodkiewka na sałacie 15g, Chipsy jabłkowe **Dżem truskawkowy nisko słodzony** 5g **425** ***kcal*** ***A-1,2 ,3,7***	Zupa Jarzynowa 300g, Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 60 g Ziemniaczki puree 120 g Surówka : buraczki 50 g **660 kcal** **A-1,3,5**,6	Kisiel owocowy ***110 kcal*** ***A-1,3***	***1195 kcal***
Piątek 27.11.2026	Herbata z cytryną, **Pieczywo** mieszane 50g, **masło** 10g, **Pasztet** delikatesowy /**Ser** żółty , Pomidor Ogórek świeży/ rzodkiewka na sałacie 15 g **Sałatka makaronowa** 10g ***430 kcal*** ***A-1,2,3***	Zupa Ogórkowa **(na wywarze warzywnym)**300g Tilapia smażona 60 g Ziemniaki puree 120 g Surówka z kapusty kiszonej 50 g **655 kcal** **A-1,2,3,5**	Banan , ***120 kcal***	***1205 Kcal***

***** WODA DOSTĘPNA JEST CAŁY CZAS W SALACH**

(A) ALERGENY : Mleko (1), Jaja(2), Gluten (3), Gorczyca (4) , Seler(5) , Ryba (6) ,Orzechy. Sezam (7)

Menu zatwierdzone przez Dietetyka mgr Katarzynę Homme

Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych