**JADŁOSPIS**

**01.07.2025 – 11.07.2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE01.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka zielonogórska, ser żółty królewski (1,7)
* Ogórek zielony, papryka czerwona i żółta, pomidorki cherry
* Kawa inka z mlekiem, herbata pomarańczowa (1,7)
 |
| OBIAD01.07.2025 | * Rosół z makaronem na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,9)
* Udko z kurczaka w sosie własnym, ziemniaki, marchewka z groszkiem (1)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK01.07.2025 | * Banan, pałeczki jaglane
 |
| **Środa** | ŚNIADANIE02.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane ,masło, serek almette z rzodkiewką (1,7)
* Parówki z szynki na ciepło, ketchup
* Mix sałat, kiełki słonecznika, pomidorki daktylowe
* Kakao, herbata z dzikiej róży(7)
 |
| OBIAD02.07.2025 | * Zupa słoneczna na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (9)
* Kluski pszenne z masłem i cebulką , surówka z młodej kapusty z marchewką i jabłkiem(1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK02.07.2025 | * Jogurt owocowy, chrupki kukurydziane (7)
 |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE03.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, filet złocisty drobiowy, ser żółty gouda(1,7)
* Sałata rukola, pomidory koktajlowe, ogórek zielony
* Mleko, herbata miętowa (7)
 |
| OBIAD03.07.2025 | * Krem pomidorowy na wywarze mięsno warzywnym (3,7,9)
* Filet z mintaja zapiekany ze szpinakiem, ziemniak puree, bukiet warzyw z masłem i bułką tartą(1,4,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK03.07.2025 | * Jabłko, biszkopty (1)
 |
| **Piątek** | ŚNIADANIE04.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane , bułka z ziarnami, masło, dżem truskawkowy niskosłodzony (1,7)
* Kaszka manna z rodzynkami (1,7,12)
* Pomidory rzymskie, rzodkiewka, ogórek małosolny
* Herbata żurawinowa
 |
| OBIAD04.07.2025 | * Zupa z fasolki szparagowej na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Jajko gotowane, ziemniaki, sos, koperkowy, marchewka tarta z ananasem(1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK04.07.2025 | * Budyń czekoladowy, ciasteczka owsiane (1,7)
 |

**Alergeny w jadłospisie oznaczono cyframi, a ich wykaz zamieszczony jest na tablicy ogłoszeń w przedszkolu.**

**Do każdego posiłku woda źródlana podawana jest na prośbę dziecka.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Poniedziałek** | ŚNIADANIE07.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka gotowana, serek almette (1,7)
* Sałata lodowa, pomidorki daktylowe, ogórek zielony
* Kawa zbożowa z mlekiem, herbata z lipy (1,7)
 |
| OBIAD07.07.2025 | * Zupa wiosenna na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki ( 7,9)
* Ryż na mleku zapiekany z jabłkiem i cynamonem ( 7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK07.07.2025 | * Kiwi, wafle orkiszowe (1)

  |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE08.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna ze słonecznikiem i szczypiorkiem, blok z indyka (1,3,7)
* Kiełki rzodkiewki, papryka żółta, pomidorki koktajlowe
* Kakao, herbata malinowa (7)
 |
| OBIAD08.07.2025 | * Rosolnik na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (3,7,9)
* Kotlet schabowy, ziemniaki puree, fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą (1)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK08.07.2025 | * Jogurt naturalny z bananem, biszkopty (1,7)
 |
| **Środa** | ŚNIADANIE09.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka Ani, ser żółty salami (1,7)
* Sałata masłowa ,ogórek zielony, pomidorki cherry
* Mleko, herbata koperkowa (7)
 |
| OBIAD09.07.2025 | * Zupa ogórkowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Pierogi leniwe z masłem i cukrem(1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK09.07.2025 | * Jabłko, baton żurawinowo malinowy Sante (12)
 |
|  |  |  |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE10.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka z piersi indyka, pasztet z drobiu(1,7)
* Kiełki z zielonego groszku, pomidor daktylowy, ogórek kiszony
* Kakao, herbata z limonką z cytryną (7)
 |
| OBIAD10.07.2025 | * Krem z kalafiora na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (3,7,9)
* Makaron razowy świderki, sos pomidorowy, parówki z szynki (1,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK10,07.2025 | * Arbuz, ciasteczka zbożowe kakaowe bez cukru (1)
 |
| **- Piątek** | ŚNIADANIE11.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane ,bułka graham, masło, dżem wiśniowy niskosłodzony, twarożek paprykowo –bazyliowy (1,7)
* Ogórek zielony, papryka żółta, pomidory malinowe
* Mleko, herbata z melisy (7)
 |
| OBIAD11.07.2025 | * Zupa z zielonego groszku i marchewki na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Paluszki rybne z fileta z mintaja, ziemniaki puree, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem (1,3,4,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK11.07.2025 | * Pieczywo chrupkie, winogrono (1)
 |
|  |  |  |

**Alergeny w jadłospisie oznaczono cyframi, a ich wykaz zamieszczony jest na tablicy ogłoszeń w przedszkolu.**

**Do każdego posiłku woda źródlana podawana jest na prośbę dziecka.**