**JADŁOSPIS**

**14.07.2025 – 25.07.2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Poniedziałek** | ŚNIADANIE14.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka wieprzowa krucha, twarożek śmietankowy z ogórkiem zielonym(1,7)
* Sałata masłowa, pomidor malinowy, papryka żółta
* Kawa zbożowa z mlekiem, herbata z czarnej porzeczki(1,7)
 |
| OBIAD14.07.2025 | * Zupa pomidorowa z makaronem razowym świderki na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Naleśniki z mąki razowej z dżemem truskawkowym niskosłodzonym (1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK14.07.2025 | * Banan, chrupki kukurydziane pałeczki
 |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE15.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka z piersi indyka, (1,7)
* Jajecznica na maśle ze szczypiorkiem (3,7)
* Ogórek zielony, papryka czerwona i żółta, pomidorki cherry
* Mleko, herbata z melisy (7)
 |
| OBIAD15.07.2025 | * Rosół z lanymi kluskami na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)
* Filet z kurczaka, ziemniaki puree, surówka z młodej kapusty z marchewką i jabłkiem (1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK15.07.2025 | * Kisiel owocowy z tartym jabłkiem, wafle ryżowe
 |
| **Środa** | ŚNIADANIE16.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane ,masło, polędwica sopocka (1,7)
* Zupa mleczna: płatki ryżowe z musem truskawkowym (7)
* Mix sałat, kiełki słonecznika, pomidorki daktylowe
* Herbata wiśniowa z poziomką
 |
| OBIAD16.07.2025 | * Zupa ogórkowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Pierogi z serem (1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK16.07.2025 | * Ciasteczka zbożowe z jagodą bez dodatku cukru, arbuz (1)
 |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE17.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, blok z indyka, biały serek z łososiem(1,4,7)
* Sałata rukola, pomidory koktajlowe, ogórek zielony
* Kakao, herbata pomarańczowa (7)
 |
| OBIAD17.07.2025 | * Krem z zielonego groszku na wywarze mięsno warzywnym (3,7,9)
* Gulasz wieprzowy, kasza jęczmienna, buraczki z jabłkiem (1)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK17.07.2025 | * Jabłko, pałeczki jaglane
 |
| **Piątek** | ŚNIADANIE18.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane , masło, ser żółty królewski, pasztet z drobiu (1,7)
* Pomidory rzymskie, rzodkiewka, ogórek małosolny
* Mleko, herbata owoce sadu (7)
 |
| OBIAD18.07.2025 | * Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Kostka panierowana z morszczuka, ziemniaki puree, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem(1,3,4,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK18.07.2025 | * Chrupki kukurydziane, winogrono
 |

**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** | ŚNIADANIE21.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, filet złocisty drobiowy, ser żółty gouda (1,7)
* Sałata lodowa, pomidorki daktylowe, ogórek zielony
* Kawa Inka z mlekiem, herbata z cytryną (1,7)
 |
| OBIAD21.07.2025 | * Krupnik na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,9)
* Placki ziemniaczane z cukrem(1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK21.07.2025 | * Banan, wafle orkiszowe (1)

  |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE22.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka Ani, twarożek z rzodkiewką(1,7)
* Kiełki rzodkiewki, papryka żółta, pomidorki koktajlowe
* Mleko, herbata z lipy (7)
 |
| OBIAD22.07.2025 | * Krem z brokuł z grzankami na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,3,7,9)
* Kotlet mielony, ziemniaki puree, mizeria (1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK22.07.2025 | * Budyń śmietankowy z kawałkami gorzkiej czekolady, arbuz (7)
 |
| **Środa** | ŚNIADANIE23.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, szynka gotowana (1,3,7)
* Sałata masłowa ,ogórek zielony, pomidorki cherry
* Kakao, herbata koperkowa (7)
 |
| OBIAD23.07.2025 | * Zupa jarzynowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Kotlety jajeczne z koperkiem, kasza bulgur, surówka z młodej kapusty z marchewką i jabłkiem (1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK23.07.2025 | * Baton żurawinowo malinowy Sante , nektarynka (12)
 |
|  |  |  |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE24.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, bułka z ziarnami, powidła śliwkowe, szynka gotowana(1,7)
* Kiełki z zielonego groszku, pomidor daktylowy, ogórek kiszony
* Mleko, herbata owoce sadu (7)
 |
| OBIAD24.07.2025 | * Krem z białych warzyw na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (3,7,9)
* Filet z mintaja z serem, ziemniaki puree, marchewka tarta z brzoskwinią(1,4,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK24,07.2025 | * Jogurt owocowy, andruty (1,7)
 |
| **- Piątek** | ŚNIADANIE25.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane ,masło, filet z makreli w pomidorach, serek kanapkowy z ziołami (1,4,7)
* Ogórek zielony, papryka żółta, pomidory malinowe
* Kakao, herbata miętowa (7)
 |
| OBIAD25.07.2025 | * Zupa brokułowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9)
* Pyzy, sos truskawkowy(1,3,7)
* Woda źródlana
 |
| PODWIECZOREK25.07.2025 | * Lekkie razowe pieczywo chrupkie bez dodatku cukru, jabłko (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.**