**JADŁOSPIS**

**14.07.2025 – 25.07.2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Poniedziałek** | ŚNIADANIE  14.07.2025 | * 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) |
| OBIAD  14.07.2025 | * 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 |
| PODWIECZOREK  14.07.2025 | * Banan, chrupki kukurydziane pałeczki |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE  15.07.2025 | * 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) |
| OBIAD  15.07.2025 | * 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 |
| PODWIECZOREK  15.07.2025 | * Kisiel owocowy z tartym jabłkiem, wafle ryżowe |
| **Środa** | ŚNIADANIE  16.07.2025 | * 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 |
| OBIAD  16.07.2025 | * Zupa ogórkowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9) * Pierogi z serem (1,3,7) * Woda źródlana |
| PODWIECZOREK  16.07.2025 | * Ciasteczka zbożowe z jagodą bez dodatku cukru, arbuz (1) |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE  17.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, blok z indyka, biały serek z łososiem(1,4,7) * Sałata rukola, pomidory koktajlowe, ogórek zielony * Kakao, herbata pomarańczowa (7) |
| OBIAD  17.07.2025 | * Krem z zielonego groszku na wywarze mięsno warzywnym (3,7,9) * Gulasz wieprzowy, kasza jęczmienna, buraczki z jabłkiem (1) * Woda źródlana |
| PODWIECZOREK  17.07.2025 | * Jabłko, pałeczki jaglane |
| **Piątek** | ŚNIADANIE  18.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane , masło, ser żółty królewski, pasztet z drobiu (1,7) * Pomidory rzymskie, rzodkiewka, ogórek małosolny * Mleko, herbata owoce sadu (7) |
| OBIAD  18.07.2025 | * 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 |
| PODWIECZOREK  18.07.2025 | * 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** | ŚNIADANIE  21.07.2025 | * 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) |
| OBIAD  21.07.2025 | * Krupnik na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (1,9) * Placki ziemniaczane z cukrem(1,3,7) * Woda źródlana |
| PODWIECZOREK  21.07.2025 | * Banan, wafle orkiszowe (1) |
| **Wtorek** | ŚNIADANIE  22.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, szynka Ani, twarożek z rzodkiewką(1,7) * Kiełki rzodkiewki, papryka żółta, pomidorki koktajlowe * Mleko, herbata z lipy (7) |
| OBIAD  22.07.2025 | * 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 |
| PODWIECZOREK  22.07.2025 | * Budyń śmietankowy z kawałkami gorzkiej czekolady, arbuz (7) |
| **Środa** | ŚNIADANIE  23.07.2025 | * Kanapka: pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, szynka gotowana (1,3,7) * Sałata masłowa ,ogórek zielony, pomidorki cherry * Kakao, herbata koperkowa (7) |
| OBIAD  23.07.2025 | * 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 |
| PODWIECZOREK  23.07.2025 | * Baton żurawinowo malinowy Sante , nektarynka (12) |
|  |  |  |
| **Czwartek** | ŚNIADANIE  24.07.2025 | * 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) |
| OBIAD  24.07.2025 | * 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 |
| PODWIECZOREK  24,07.2025 | * Jogurt owocowy, andruty (1,7) |
| **- Piątek** | ŚNIADANIE  25.07.2025 | * 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) |
| OBIAD  25.07.2025 | * Zupa brokułowa na wywarze mięsno warzywnym z natką pietruszki (7,9) * Pyzy, sos truskawkowy(1,3,7) * Woda źródlana |
| PODWIECZOREK  25.07.2025 | * 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.**