Intendentpro

Jadłospis Menu przedszkole 2-6.11.2026r.

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

02.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Herbata czarna 180 ml
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Chleb pszenny 30 g
Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Chleb pszenno-żytni 20 g
Składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól

Szynka wiejska 15 g

Szynka konserwowa 15 g
Składniki: mięso z szynki wieprzowej 88%, woda, sól, stabilizatory: trifosforany, glukoza, białko wieprzowe, przeciwutleniacz: askorbinian sodu, aromaty, regulatory kwasowości: octany sodu, mleczan wapnia, substancja konserwująca: azotyn sodu

Ser gouda tłusty 10 g
Składniki: **mleko**, sól, kultury bakterii, barwnik: annato

Ogórek 10 g

Masło ekstra (z mleka) 5 g

Śniadanie II

Banan 100 g

Obiad

Żurek 100 ml
Składniki: ziemniaki, kiełbasa domowa, zakwas na żurek (woda, mąka **żytnia**, czosnek, liście laurowe, ziarna ziela angielskiego), pietruszka, korzeń, marchew, **seler** korzeniowy, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz

Kotlet z piersi z kurczaka 60 g
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane 150 g
Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka wiosenna 50 g
Składniki: kapusta biała, marchew, cukier, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, cytryna

Woda z pomarańczą 180 ml
Składniki: woda, pomarańcza

03.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Kakao 180 ml
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Chleb pszenny 30 g
Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Chleb żytni razowy 20 g
Składniki: mąka **żytnia**, mąka **żytnia** razowa, woda, sól.

Szynka z indyka 15 g

Pasztet drobiowo- wieprzowy 15 g
Składniki: mięso z kurczaka, wątroba z kurczaka, skóry z kurczaka, mięso wieprzowe, woda, panier (mąka **pszenna** , woda, sól drożdże), przyprawy warzywne (zawiera **seler**), glukoza, hydrolat białka roślinnego (**soja**), sól

Pomidor 10 g

Masło ekstra (z mleka) 5 g

Śniadanie II

Śliwki 100 g

Obiad

Zupa jarzynowa 250 ml
Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, brokuły, cukinia, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, cząber suszony

Nuggetsy 70 g
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 500, sól biała, pieprz, papryka słodka

Ziemniaki gotowane 150 g
Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z marchewki 80 g
Składniki: marchew, jabłko, śmietana 12% (z **mleka**), cukier

Woda z cytryną 180 ml
Składniki: woda, cytryna

04.11.2026 Środa

Śniadanie

Mleko krowie, 2% tłuszczu 180 ml

Chleb pszenny 30 g
Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Chleb żytni razowy 20 g
Składniki: mąka **żytnia**, mąka **żytnia** razowa, woda, sól.

Szynka parzona 15 g

Szynka konserwowa 15 g
Składniki: mięso z szynki wieprzowej 88%, woda, sól, stabilizatory: trifosforany, glukoza, białko wieprzowe, przeciwutleniacz: askorbinian sodu, aromaty, regulatory kwasowości: octany sodu, mleczan wapnia, substancja konserwująca: azotyn sodu

Ser gouda tłusty 15 g
Składniki: **mleko**, sól, kultury bakterii, barwnik: annato

Sałata 10 g

Masło ekstra (z mleka) 5 g

Śniadanie II

Jabłko 100 g

Obiad

Kapuśniak 150 ml
Składniki: woda, marchew, ziemniaki, kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), kapusta biała, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, koperek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Pulpety w sosie pomidorowym 80 g
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, cebula, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, śmietana 18% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 500

Ziemniaki gotowane 150 g
Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty pekińskiej 120 g
Składniki: kapusta pekińska, por, śmietana 18% (z **mleka**) , cytryna, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), cukier, sól biała, pieprz

Woda z miętą 200 ml
Składniki: woda, mięta

05.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Herbata czarna 180 ml
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Chleb pszenny 30 g
Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Chleb żytni jasny 20 g
Składniki: mąka **żytnia**, woda, mąka **pszenna**, sól, drożdże.

Szynka z indyka 15 g

Szynka konserwowa 15 g
Składniki: mięso z szynki wieprzowej 88%, woda, sól, stabilizatory: trifosforany, glukoza, białko wieprzowe, przeciwutleniacz: askorbinian sodu, aromaty, regulatory kwasowości: octany sodu, mleczan wapnia, substancja konserwująca: azotyn sodu

Rzodkiewka 10 g

Masło ekstra (z mleka) 5 g

Śniadanie II

Gruszka 100 g

Obiad

Zupa ziemniaczana 250 ml
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pierogi leniwe z masłem 160 g
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**) , cukier, sól biała

Woda z cytryną 180 ml
Składniki: woda, cytryna

06.11.2026 Piątek

Śniadanie

Herbata czarna 180 ml
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Chleb pszenny 30 g
Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Chleb żytni razowy 20 g
Składniki: mąka **żytnia**, mąka **żytnia** razowa, woda, sól.

Ser gouda tłusty 15 g
Składniki: **mleko**, sól, kultury bakterii, barwnik: annato

Pasta jajeczna 25 g
Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), sól biała, pieprz

Ogórek 10 g

Masło ekstra (z mleka) 5 g

Śniadanie II

Jabłko 100 g

Obiad

Zupa fasolowa 250 ml
Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Filet z morszczuka 70 g
Składniki: **morszczuk** świeży (**ryba**), bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 550

Ziemniaki gotowane 150 g
Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty kiszonej 110 g
Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), cebula, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

Woda z pomarańczą 180 ml
Składniki: woda, pomarańcza

Intendentpro

Jadłospis Menu przedszkole 2-6.11.2026r.

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

Podwieczorek

Zupa mleczna z makaronem 180 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej)

Warzywo 25 g

Składniki: marchew, ogórek, papryka żółta, rzodkiewka, pomidorki koktajlowe

Energia: 954 kcal		
Białko	Tłuszcz	Węglowodany
40,9 g	28,6 g	127,3 g

Podwieczorek

Kasza manna na mleku 200 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

Warzywo 25 g

Składniki: marchew, ogórek, papryka żółta, rzodkiewka, pomidorki koktajlowe

Energia: 834 kcal		
Białko	Tłuszcz	Węglowodany
43,2 g	17,7 g	117,6 g

Podwieczorek

Bułka maślana z serkiem waniliowym 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, typ 1850, serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty (**mleko**, śmietanka (z **mleka**), cukier, kultury bakterii mlekowych), **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), cukier, **jaja** kurze całe, woda

Warzywo 25 g

Składniki: marchew, ogórek, papryka żółta, rzodkiewka, pomidorki koktajlowe

Energia: 960 kcal		
Białko	Tłuszcz	Węglowodany
52,2 g	30,2 g	110,2 g

Podwieczorek

Owsianka na mleku 200 ml

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Warzywo 25 g

Składniki: marchew, ogórek, papryka żółta, rzodkiewka, pomidorki koktajlowe

Energia: 865 kcal		
Białko	Tłuszcz	Węglowodany
43,2 g	23,6 g	115 g

Podwieczorek

Kawa zbożowa na mleku 180 ml

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto** , **jęczmień**)

Galaretka owocowa 144 g

Składniki: woda, galaretka owocowa, w proszku (cukier, żelatyna, kwas cytrynowy, aromat naturalny, barwniki naturalne)

Warzywo 25 g

Składniki: marchew, ogórek, papryka żółta, rzodkiewka, pomidorki koktajlowe

Energia: 851 kcal		
Białko	Tłuszcz	Węglowodany
36,9 g	25,6 g	108,1 g