JADŁOSPIS DEKADOWY DLA DZIECI OD 26.10.2026 r. DO 06.11.2026 r.
Przedszkole Publiczne Filia Nr 1 przy ul. Żapniowskiej 1

Data, dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
26.10.2026r. Poniedziałek	**Kasza manna na mleku (250ml); (7), chleb mieszany (40g); (1) z masłem (10g); (7), pasztet drobiowy (20g); (1,3,7,9),** ogórek kiszony (15g), herbata z cytryną (200ml), winogron (100g), woda 395 kcal	**Zupa grochowa z ziemniakami i kiełbasą (250ml); (1,5,6,9,11,13), pierogi z mięsem (130g); (1),** kompot wieloowocowy (200ml) 450 kcal	**Chleb wieloziarnisty (40g); (1) z masłem (10g); (7), szynka drobiowa (15g); (3,9), ser żółty (25g); (7),** pomidor (15g), kolorowa papryka (15g), sałata, herbata z cytryną (200ml) (kolorowy podwieczorek) 230 kcal
27.10.2026r. Wtorek	**Bagietka (35g); (1) z masłem (10g); (7), ser biały (15g): (7),** powidła śliwkowe (10g), miód, rzodkiewka (15g), ogórek świeży (15g), herbata z cytryną (200ml), melon (100g), woda 280 kcal	**Krupnik z ziemniakami i kaszą jaglaną (250ml); (9), gulasz drobiowy z indyka (100g); (1,7), kluski śląskie (70g); (1,3),** buraczki (80g), woda (200ml) 460 kcal	**Ciasto marchewkowe (60g); (1,3,7) (wyrób własny), kawa inka (200ml); (1,7)** 320 kcal
28.10.2026r. Środa	**Chleb mieszany (40g); (1) z masłem (10g); (7), ser żółty (25g); (7), pasta jajeczna z szynką drobiową i szczypiorkiem (25g); (3,7,10),** ogórek kiszony (15g), kolorowa papryka (15g), herbata z cytryną (200ml), śliwka (100g), woda, 300 kcal	**Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze warzywnym (250ml); (7,9),** gulasz warzywny (ciecierzyca, pomidor, marchewka, cukinia, cebula, kolorowa papryka) (110g), **kasza bulgur (90g); (1),** kompot wieloowocowy (200ml) 370 kcal	**Koktajl jagodowy z jogurtu naturalnego (150g); (7), bułka graham (35g); (1) z masłem (10g); (7)** 270 kcal
29.10.2026r. Czwartek	**Bułka grahamka (35g); (1) z masłem (10g); (7), serek homogenizowany (130g); (7),** pomidor (15g), sałata, herbata z cytryną i miodem (200ml), jabłko (100g), woda 280 kcal	**Zupa pomidorowa z ryżem (250ml); (1,7,9), kluski leniwe z białym serem i szpinakiem (150g); (1,3,7),** woda (200ml) 450 kcal	Ryż z truskawkami (180g), herbata z cytryną (200ml) 260 kcal
30.10.2026r. Piątek	**Chleb wieloziarnisty (40g); (1) z masłem (10g); (7), szynka drobiowa (15g); (3,9), ser żółty (25g); (7),** rzodkiewka (15g), ogórek świeży (15g), **mleko do picia (200ml); (7),** marchewka (100g), woda 300 kcal	**Krem z dynii z groszkiem ptysiowym na wywarze warzywnym (250ml); (1,3,7,9), ryba smażona (90g); (1,3,4),** ziemniaki (130g), **marchewka z jabłkiem i porem (80); (10),** kompot wieloowocowy (200ml) 460 kcal	**Kisiel na wywarze owocowym z jabłkiem (200ml); (1),** flipsy kukurydziane, banan (100g) 230 kcal

Data, dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
02.11.2026r. Poniedziałek	**Żurek z jajkiem i kiełbasą (250ml); (1,3,7), chleb graham (35g); (1)** gruszka (100g), woda 310 kcal	**Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze warzywnym (250ml); (7,9), makaron pełnoziarnisty z białym serem (150g); (1,3,7),** woda (200ml) 400 kcal	**Chleb mieszany (40g); (1) z masłem (10g); (7), szynka wieprzowa (15g); (3,9), ser żółty (25g); (7),** sałata, kolorowa papryka (15g), ogórek świeży (15g), herbata z cytryną (200ml) (kolorowy podwieczorek) 280 kcal
03.11.2026r. Wtorek	**Płatki owsiane na mleku z żurawiną i rodzynkami (250ml); (1,7), chleb mieszany (40g); (1) z masłem (10g); (7), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (20g); (7),** ogórek świeży (15g), dżem niskosłodzony (15g), herbata z cytryną (200ml), winogron (100g), woda 300 kcal	**Krem kalafiorowy z grzankami na wywarze warzywnym (250ml); (1,9), kotlet drobiowy siekany (80g); (1,3)** ziemniaki (130g), marchewka duszona z groszkiem zielonym (80g), kompot wieloowocowy (200ml) 455 kcal	**Bagietka (35g); (1) z masłem (10g); (7),** hummus z suszonymi pomidorami (15g), **ser żółty (25g); (7),** kolorowa papryka (15g), herbata z cytryną (200ml) 280 kcal
04.11.2026r. Środa	**Bułka pszenna (35g); (1) z masłem (10g); (7) jogurt owocowy „BIO" (140g); (7),** pomidor (15g), szczypiorek, herbata z cytryną (200ml), śliwka węgierka (100g), woda 270 kcal	**Rosół z makaronem (250ml); (1,3,9), potrawka drobiowa (80g); (1,7),** ziemniaki (130g), surówka z czerwonej kapusty i jabłka (80), woda (200ml) 390 kcal	**Budyń śmietankowy z musem malinowym (200ml); (1,6,7), biszkopty (1,3)** 290 kcal
05.11.2026r. Czwartek	**Chleb wieloziarnisty (40g); (1) z masłem (10g); (7), parówka drobiowa na gorąco (60g); (3,6,7,10),** ketchup, ogórek kiszony, herbata z cytryną (200ml), jabłko (100g), woda 310 kcal	**Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami (250ml); (1,9), pierogi z serem (120g); (1,3,7),** kompot wieloowocowy (200ml) 450 kcal	**Cynamonki (60g); (1,3,7) (wyrób własny), mleko na ciepło (200ml); (7)** 310 kcal
06.11.2026r. Piątek	**Chleb mieszany (40g); (1) z masłem (10g); (7), jajko na twardo (25g); (3), szynka drobiowa (15g); (3,9),** kolorowa papryka (15g), sałata, **kakao (200ml); (1,7),** marchewka (100g), woda 290 kcal	**Krupnik z kaszy pęczak (250ml); (1,7,9), kotlet mielony rybny (80g); (1,3,4,9),** ziemniaki (130g), surówka z kiszonej kapusty (80g), woda (200ml) 470 kcal	**Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi z żurawiną i rodzynkami (200ml); (1,7),** banan (80g) 270 kcal

Zastrzega się zmiany w jadłospisie

…….
Podpis Dyrektora

……
Podpis Intendenta

……
Podpis Szefa Kuchni