Intendentpro

Jadłospis Przedszkole "Zaczarowany Zamek"

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

26.10.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Kanapki z salami i twarożkiem
Składniki: chleb **pszenny**, chleb **żytni** pytlowy, papryka czerwona, salami popularne, twaróg garwoliński tłusty (z **mleka**), ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**), śmietana 12% (z **mleka**)

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Obiad

Koperkowa ze śmietaną
Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), śmietana 12% (z **mleka**), koperek, ziele angielskie, liść laurowy, sól biała

Makaron penne z czerwona fasolą i warzywami
Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, papryka czerwona, pieczarki świeże, cebula, kukurydza, mrożona, pomidory w puszce całe, cukinia, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%

Kompot wieloowocowy
Składniki: porzeczki czarne, mrożone, porzeczki czerwone, agrest, truskawki, mrożone, cukier

Podwieczorek

Cynamonki
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), **jaja** kurze całe, cukier, drożdże piekarskie, prasowane, cynamon

Herbata truskawka z poziomką

Gruszka

27.10.2026 Wtorek

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane, żurawina suszona, **orzechy** **nerkowca**, banany, suszone

Jabłko

Obiad

Zupa zacierkowa z natką pietruszki
Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), skrzydło indyka, zacierka (**pszenica**), natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Kotlet schabowy panierowany w sezamie
Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), **sezam** , nasiona, mąka **pszenna**, typ 450, pieprz, sól biała

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie

Surówka z czerwonej kapusty
Składniki: kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa

Woda z cytryną
Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

Kanapki z pasztetem i kiełbasą krakowską
Składniki: chleb **pszenny**, chleb **pszenno-żytni**, słonecznikowy, ogórek, marchew, kiełbasa krakowska, sucha, kalarepa, pasztet drobiowo- wieprzowy (**pszenica**, **soja**, **seler**), masło ekstra (z **mleka**)

Kakao na mleku ryżowym
Składniki: napój ryżowy, kakao 16%, proszek, cukier

28.10.2026 Środa

Śniadanie

Bułka z dżemem brzoskwiniowym i serkiem twarogowym
Składniki: bułka wrocławska (**pszenica**), twaróg garwoliński tłusty (z **mleka**), dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**)

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

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem
Składniki: woda, pieczarki świeże, makaron **pszenny** bezjajeczny, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pałki pieczone z kurczaka
Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą, olej rzepakowy, papryka słodka, curry, sól biała, czosnek

Kasza bul gur
Składniki: woda, kasza bulgur (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**)

Marchewka z groszkiem
Składniki: marchew, groszek zielony, mrożony, masło ekstra (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, sól biała

Kompot wiśniowy
Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek

Kisiel owocowy
Składniki: woda, kisiel w proszku, cukier

Marchewka słupki
Składniki: marchew

29.10.2026 Czwartek

Śniadanie

Kanapki ze schabem pieczonym i pastą z makreli
Składniki: chleb **żytni** staropolski, chleb **pszenny**, pomidorki koktajlowe, papryka czerwona, ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**), sałata lodowa, kiełki rzodkiewki

Pasta z wędzonej makreli
Składniki: **makrela** wędzona (**ryba**), **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, papryka czerwona, majonez (**jaja**, **gorczyca**), szczypiorek

Schab pieczony
Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy

Herbata czarna

Obiad

Grochówka z kiełbasą
Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), groch, nasiona suche, cebula, olej rzepakowy, kiełbasa podwawelska, majeranek, czosnek, pieprz, sól biała

Racuchy drożdżowe z jabłkiem
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier, drożdże piekarskie, prasowane, cukier z prawdziwą wanilią, sól biała

Kompot z owoców leśnych
Składniki: woda, maliny, mrożone, jeżyny, czarne jagody, mrożone, cukier

Podwieczorek

Koktajl truskawkowo- wiśniowy
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Ciasteczka owsiane z bananem
Składniki: banan, płatki **owsiane**, żurawina suszona

30.10.2026 Piątek

Śniadanie

Kanapki z pastą jajeczną, serem żółtym i szynką białą
Składniki: chleb **pszenny**, chleb **orkiszowy** (**pszenica**, **jęczmień**), papryka czerwona, pomidorki koktajlowe, szynka wieprzowa gotowana (p. bezglutenowy), ser gouda tłusty (z **mleka**), ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**), sałata lodowa, szczypiorek, kiełki brokułu

Pasta jajeczna
Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jaja**, **gorczyca**), szczypiorek, sól biała, pieprz

Herbata z cytryną
Składniki: woda, herbata czarna, cytryna, cukier

Obiad

Pomidorowa z ryżem
Składniki: ryż paraboliczny (**pszenica**, **jęczmień**, **owies**, **orkisz**), włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Łosoś pieczony
Składniki: **łosoś** świeży (**ryba**), sok cytrynowy 100%, sól biała, masło ekstra (z **mleka**)

Pieczone łódeczki ziemniaków
Składniki: ziemniaki, olej rzepakowy, papryka słodka

Surówka z kapusty kiszonej
Składniki: kapusta kiszona, cebula, jabłko, marchew, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

Woda z limonką
Składniki: woda, limonka

Podwieczorek

Skyr jogurt typu islandzkiego z owocami (z mleka)

Śliwki