Intendentpro

Jadłospis Przedszkole Tęczowe

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

23.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Bułka pszenna z masłem i dżemem brzoskwiniowym
Składniki: bułki kajzerki (**pszenica**), dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)

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

Warzywa do chrupania
Składniki: marchew, kalarepa, ogórek, papryka żółta, **seler** naciowy, rzodkiewka

Zupa

Zupa jarzynowa z lanymi kluskami
Składniki: woda, marchew, **jaja** kurze całe, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, koperek, **seler** korzeniowy, kurczak, tuszka, mąka **pszenna**, typ 450, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

II danie

Gulasz z indyka z warzywami
Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, woda, marchew, ogórek kiszony, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz, papryka słodka, papryka ostra

Kasza bulgur (pszenica)

Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem naturalnym
Składniki: marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), jabłko

Podwieczorek

Mus owocowy

24.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Jajecznica
Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Bułka paryska z masłem
Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**)

Ogórek słupki
Składniki: ogórek

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

Zupa

Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze warzywnym
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

II danie

Makaron z pesto pomidorowym
Składniki: marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, woda, koncentrat pomidorowy, 30%, **seler** korzeniowy, dynia, pestki, łuskane, czosnek, olej rzepakowy

Podwieczorek

Serek homogenizowany waniliowy (z mleka)

Banan

25.11.2026 Środa

Śniadanie

Kanapka z pieczywa graham z szynką z indyka i zieloną sałatą
Składniki: chleb **pszenny** graham, szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**), sałata

Kawa zbożowa z mlekiem
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Zupa

Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym
Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, kapusta biała, śmietana 18% (z **mleka**), fasola biała, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

II danie

Klopsiki wieprzowe w sosie własnym
Składniki: wieprzowina łopatka, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), cebula, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała

Buraczki duszone
Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, cytryna, sól biała, pieprz

Podwieczorek

Koktajl truskawkowy na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, truskawki, mrożone, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cukier

Kiwi

26.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Bułka pszenna z serkiem śmietankowym
Składniki: bułki kajzerki (**pszenica**), serek śmietankowy (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Papryka słupki
Składniki: papryka czerwona

Herbata malinowa

Zupa

Żurek z ziemniakami na białej kiełbasie
Składniki: woda, ziemniaki, kiełbasa biała parzona, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

II danie

Jagodowe leniwe z jogurtem
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, jogurt grecki (z **mleka**), czarne jagody, mrożone, skrobia ziemniaczana, **jaja** kurze całe, cukier

Podwieczorek

Galaretka owocowa
Składniki: woda, galaretka owocowa, w proszku

Jabłko

27.11.2026 Piątek

Śniadanie

Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem
Składniki: **tuńczyk** w sosie własnym (**ryba**), majonez (**jaja**, **gorczyca**), szczypiorek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), sól biała, pieprz, sok ze świeżej cytryny

Kanapka z masłem
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

Warzywa do chrupania
Składniki: marchew, kalarepa, ogórek, papryka żółta, **seler** naciowy, rzodkiewka

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

Zupa

Krem z gruszki i pietruszki na wywarze warzywnym
Składniki: woda, gruszka, pietruszka, korzeń, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, dynia, pestki, łuskane, cytryna, cynamon, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

II danie

Steki rybne z ziołami (skorupiaki, jaja, soja, mleko, gorczyca)

Puree ziemniaczane
Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu

Marchew z groszkiem gotowana
Składniki: marchew z groszkiem, mrożona

Podwieczorek

Jogurt jagodowy, 1,5% tłuszczu (z mleka)

Gruszka