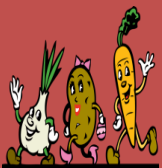




Jadłospis Przedszkola nr 4 Biały konik

od 15.12.2025 do 19.12.2025*

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Skład/alergeny
Poniedziałek 15.12.2025 	Bułka orkiszowa, chleb zwykły, masło, polędwica wieprzowa, ser żółty, ogórek zielony, kakao na mleku	Zupa ziemniaczana z zieleciną, pulpet drobiowy w sosie pomidorowym, kasza bulgur, surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, marchwi z jogurtem, woda źródlana z pomarańczą	Salatka owocowa (banan, kiwi, winogrono, brzoskwinia), jogurt naturalny, ciastko biszkoptowe, herbata miętowa	ŚNIADANIE: bułka orkiszowa 30g :mąka orkiszowa, pełnoziarnista mąka orkiszowa, woda, dmuchany orkisz, drożdże, mąka żytnia, sól, cukier, uniwersalny polepszacz do pieczenia pszennego i mieszanego (mąka pszenna, cukier mąka sojowa, mąka ze słodu jęczmiennego, środek do przetwarzania mąki, enzymy(pszenica)) produkt może zawierać: żyto, owies, jaja, mleko, sezam chleb zwykły 30g :mąka pszenna, woda, mąka żytnia, sól, drożdżemaseło 8g (mleko), polędwica wieprzowa 20g (schab wieprzowy, cukier, sól, przyprawy naturalne stabilizatory dofosforan disodowy, trifosforan pentasodowy, polifosforan sodu, substancja zagęszczająca karagen, białko wieprzowe, substancja konserwująca: azotan sodu. Do wyprodukowania 100 g produktu użyto 120 g schabu wieprzowego. Produkt bezglutenowy),ser żółty 20g (mleko), ogórek zielony 10g, kakao 5g na mleku 200 g (mleko, soja, gluten), cukier 5g OBIAD: zupa ziemniaczana, marchew15g, pietruszka 10g, seler 10g(seler), por 6g śmietanka 15g (mleko), ziemniaki 100g, mięso drobiowe 10g, filet drobiowy 70g, (jajko 5g, mąka pszenna 5 g, bułka tarta 10g), pomidory 30g, koncentrat pomidorowy 5 g, kasza bulgur 35g (mąka pszenna), natka 2 g, koper 2 g, kapusta pekińska 80g, kukurydza 10g,jabłka 5 g, marchew 10g, jogurt 10g (mleko),woda 150g, pomarańcza 10 g, PODWIECZOREK: salatka owocowa 150 g, jogurt naturalny 100g (mleko), ciastko biszkoptowe 15 g (mąka pszenna, jajko),herbata miętowa 150g, cukier 5g
Wtorek 16.12.2025 	Bułka wieloziarnista, masło, pierś gotowana z indyka, rzodkiewka, zacierki na mleku słodzone miodem, herbata owoce leśne	Krem z dyni, makaron razowy, kopytka z mięsem, kapusta kiszona gotowana, kompot wieloowocowy, owoc	Placki kefirowe z jabłkiem, kawa zbożowa na mleku	ŚNIADANIE: bułka wieloziarnista 50 g :mąka pszenna, mąka pszenna graham, woda, drożdże, siemię lniane, mąka żytnia, sól, płatki owsiane, słonecznik łuskany, cukier, rafinowany olej rzepakowy, uniwersalny polepszacz do pieczywa pszennego i mieszanego ((mąka pszenna, cukier, mąka sojowa, mąka ze słodu jęczmiennego, środek do przetwarzania mąki, enzymy(pszenica)) produkt może zawierać: żyto, owies, jaja, mleko, sezam masło 4g (mleko), pierś gotowana z indyka 20g (mleka, sezam, gluten, soja, gorczyca, jaja, sezam), zacierki 20 g na mleku 200 g (mąka pszenna, jajko, mleko), miód 5 g, rzodkiewka10g, cukier 5g OBIAD: krem z dyni-marchew 15 g, pietruszka 10 g, seler 10 g (seler), por 6 g, śmietanka 15g (mleko), marchew 100g, makaron razowy 20g (mąka pełnoziarnista z pszenicy, może zawierać jajka), mięso drobiowe 10 g, natka 2 g , koper 2 g cebula 5 g kopytka (mąka pszenna 40g, jajko10g), karkówka 70g, kapusta kiszona 100g, mieszanaka kompotowa 40g, owoc PODWIECZOREK: placki kefirowe z jabłkiem -kefir 50g(mąka pszenna 40g, mleko 50g, jajko 10g), jabłko 50 g, olej10 g, kawa zbożowa 8 g na mleku 200 g (mleko żyto, jęczmień), cukier 5g
Środa 17.12.2025 	Bułka mleczna, chleb słonecznikowy, masło, pasztet wieprzowy, ogórek kiszony, miód pszczeli, kawa inka na mleku	Zupa pomidorowa z ryżem na drobiu z zieleciną, makaron z serem i sosem owocowym, woda źródlana z cytryną, owoc	Bułka pieguska, chleb zwykły, masło, polędwica sopocka, sałata, pomidor, szczypiorek, kakao na mleku	ŚNIADANIE: bułka mleczna 40 g: mąka pszenna, cukier, margaryna wyborna 80 %((tłuszcz palmowy, olej rzepakowy), woda, emulgatory (mon i i diglicerydy kwasów tłuszczowych, lecytyna), sól 0,3 % substancja konserwująca (sorbiniian potasu) regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, barwnik naturalny(annato)), woda drożdże, mąka żytnia, preparat na bazie produktów mlecznych z tłuszczem roślinnym ((serwatka, tłuszcz roślinny palmowy nieutwardzony), maślanka w proszku, preparat mleka w proszku, glukoza)), sól, uniwersalny polepszacz do pieczywa pszennego i mieszanego ((mąka pszenna, cukier, mąka sojowa, mąka ze słodu jęczmiennego, środek do przetwarzania mąki, enzymy (pszemica): produkt może zawierać : żyto, owies, jaja, mleko, sezam chleb ze słonecznikiem 30 g: (mąka żytnia, mąka pszenna, woda słonecznik łuskany, drożdże, sól), masło 8g (mleko), pasztet wieprzowy 15g (pszemica, mleko, jajko, soja), ogórek kiszony 10g, miód 5g kawa inka 5g na mleku 200g (mleko, jęczmień, żyto), cukier 5g OBIAD: zupa pomidorowa, marchew 15 g, pietruszka 10 g, seler 10 g(seler), por 6g,cebulą 5 g, mięso drobiowe 10g, natka 2 g , koper 2 g, pomidory 5g, koncentrat pomidorowy 30g,ryż 10g, makaron 50 g (jajko, mąka), truskawki 30 g, ser twarogowy 30 g (mleko), woda źródlana 150 g, cytryna 10g, owoc PODWIECZOREK: bułka piegus 30 g : (mąka pszenna, woda, słonecznik łuskany, siemię lniane, płatki owsiane, sezam łuskany, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia, jęczmień słodowy, uniwersalny polepszacz do pieczywa pszennego i mieszanego: (mąka pszenna, cukier mąka sojowa, mąka ze słodu jęczmiennego, środek do przetwarzania mąki, enzymy (pszemica)), produkt może zawierać : żyto, owies, jaja, mleko, sezam chleb zwykły 30g :mąka pszenna, woda, mąka żytnia, sól, drożdże masło 8g (mleko), polędwica sopocka 20g (soja, mleko, gluten, mleko, seler) sałata 5g, pomidor 20g, szczypior 5g, kakao 5 g na mleku 200 g (mleko, soja, gluten), cukier 5g
Czwartek 17.12.2025 	Bułka wrocławska, pasta z ciecierzycy ze szczypiorkiem i rzodkiewką, płatki śniadaniowe na mleku, herbata zielona	Zupa krupnik na kurczaku z zieleciną, filet z indyka panierowany, ziemniaki z koperkiem, sałatka z buraczków czerwonych, woda źródlana z rumiankiem, owoc	Budyń z musem owocowym, wafle kukurydziane, kawa inka na mleku	ŚNIADANIE: bułka wrocławska 30g: (mąka pszenna, woda, drożdże, rafinowany olej rzepakowy, mąka żytnia, sól, cukier, uniwersalny polepszacz do pieczywa pszennego i mieszanego (mąka pszenna, cukier, mąka sojowa, mąka ze słodu jęczmiennego, środek do przetwarzania mąki, enzymy (pszemica)), produkt może zawierać: żyto, owies, jaja, mleko, sezam masło 4 g (mleko),ciecierzyca 10g (może zawierać gluten), szczypiorek 5g, rzodkiewka 10g, zupa płatki śniadaniowe 25g na mleku 200g (mleko, mąka pszenna), herbata zielona 150g, cukier 5 g OBIAD: zupa krupnik, marchew 15 g, pietruszka 10 g, seler 10 g (seler), por 6g, cebula 5 g, kasza jęczmienna 15g((może zawierać gluten jęczmień), natka 2 g, koper 2 g, cebula 5 g mięso drobiowe 10g, filet z indyka 70g(bułka tarta 10 g (gluten),jajko 10 g, mąka pszenna 5 g), olej 25 g ,ziemniaki 200g, buraczki 100 g, jabłka 10 g, woda źródlana 150 g , rumianek 5 g, owoc PODWIECZOREK: : owoce 50g, budyń 100 g, wafle kukurydziane 10 g, kawa inka na mleku 200g (mleko, jęczmień, żyto)
Piątek 19.12.2025 	Bułka włoska, chleb kołodziej, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, dżem truskawkowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, kakao na mleku	Zupa koperkowa z ziemniakami, filet z miruny, ryż paraboliczny z sosem słodko - kwaśnym, surówka z kiszanej kapusty, marchwi i jabłka, woda źródlana z miodem, marchewka do chrupania	Murzynek z polewą cytrynową z przedszkolnego pieca, kawa zbożowa na mleku	ŚNIADANIE: bułka włoska 30g : mąka pszenna, mąka żytnia, woda, O-tentic Durum 4 % (zakwas piekarniczy pszenny w proszku z pszenicą durum, drożdże, przeciwutleniając (kwas askorbinowy) enzymy, sól, drożdże chleb kołodziej 30 g:(mąka żytnia, woda mieszanaka do produkcji chleba żytniego z ziarnami (lamane ziarno żyta, płatki owsiane, słonecznik, siemię lniane, gluten pszenny, sól, mąka ze słodu jęczmiennego, mąka pszenna graham 3 %, mąka żytnia 1,7 %, mąka pszenna 1,4 %, mąka żytnia razowa, mąka pszenna razowa, skrobia ziemniaczana otręby żytnie, prazona mąka ze słodu jęczmiennego, jęczmień prazono, mąka sojowa, środek do przetwarzania mąki , enzymy (pszemica)),mąka pszenna, płatki owsiane, drożdże , rafinowany olej rzepakowy, sól, siemię lniane. Produkt może zawierać; (jajo, mleko, sezam) masło 8g (mleko), pasta jajeczna 15g (jajko, gorczyca) majonez 3 g, szczypiorek 5g, truskawka 10g, kakao na mleku 8 g na mleku 200 g (mleko, soja, gluten), OBIAD: zupa koperkowa, marchew15 g, pietruszka 10 g, por 6 g, seler 10g (seler) 10 g, cebula 5 g, mięso drobiowe10g, ziemniaki 50g, śmietana 15 g (mleko), miruna 70g (ryba)(mąka pszenna 10g, jajko 10g, bułka tarta10g), ryż 35g , pomidory 25g ketchup 5 g, koper 10g, koncentrat pomidorowy 5 g, jogurt 5 g, kapusta kiszona 80g, jabłko 10g, marchew 10g, woda 150g, miód 5g, marchewka 50 g PODWIECZOREK: ciasto murzynek (mleko 20g, jajko20g, mąka pszenna 40g), powidla 20g , cukier 25g, soda, kakao 5g (mleko, soja, gluten) cytryna, kawa zbożowa 5g na mleku 200 g (mleko, jęczmień, żyto), cukier 5 g

*przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian, woda źródlana dostępna w każdej grupie przez cały dzień, tłustym drukiem oznaczono alergeny mogące znajdować się w danym daniu lub produkcie, potrawy przygotowywane w piecu konwekcyjno – parowym, składły wszystkich potraw do wglądu u intendenta