



Jadłospis Przedszkola nr 4 Biały konik
od 02.02.2026 do 06.02.2026*

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Skład/alergeny
Poniedziałek 02.02.2026 	Bułka włoska, chleb gryczany, masło, pasztet drobiowy, ogórek kiszony, dżem malinowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, kawa inka na mleku	Kapuśniak z kiszonej kapusty na mięsie z warzywami, pierogi leniwe, surówka z marchwi i jabłka słodzona brzoskwiniami, sok jabłko-malina 100%	Bułka pieguska, chleb zwykły, masło, szynka biała, pomidor, ser żółty, sałata ozdobna, kakao na mleku	ŚNIADANIE: bułka włoska 30g :mąka pszenna , woda, drożdże, cukier sól, olej rzepakowy, polepszacz do pieczywa(mąka pszenna , emulgator, mąka sojowa , środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, enzymy) chleb gryczany 35 g: mąka pszenna typu 750, koncentrat ciasta zianowego 45,05%(mąka pszenna , typu750, mąka żytnia typu 720, grys gryczany(10%), słonecznik luskany, siemię lniane , soja łamana prażona, sól, siód jęczmienny ciemny, gluten pszenny ,mąka sojowa , siód pszenny jasny suchy kwas żytni , (mielone produkty żytnie , kultury starterowe), płatki ziemniaczane, przyprawa ziołowa:kolendra, środki do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy enzymy piekarnicze), woda drożdże masło 8g mleko),pasztet 10 g (pszenica , mleko , jajko , soja), ogórek kiszony 10g, maliny 10 g, kawa inka 5 g na mleku 200 g (mleko , jęczmień , żyto),cukier 5g, OBIAD: zupa kapuśniak- marchew 15g , pietruszka 10g ,10 g (seler) , por 6 g, cebula 5 g, natka 2 g, koper 2 g, kapusta kiszona 25g, łopatką wieprzowa 10g ,wędzonka 20g, kielbasa śląska:(mięso wieprzowe 58%, woda, tłuszcz wieprzowy, skrobia ziemniaczana, błonnik pszenne bezglutenowy ,boczek boczek wieprzowy 86%, woda, sól, białko sojowe wzmacniacz smaku, glukoza , przeciwutleniające, aromaty), ziemniaki 50g, pierogi leniwe- twaróg 100g (jajko 20g, mąka pszenna 50g, mleko),surówka z marchwi 80g, jabłka 10 g, brzoskwinia 20 g, sok jabłko-malina 100% , 150g PODWIECZOREK :bułka piegus 30 g: (mąka pszenna , woda, słonecznik luskany, siemię lniane, płatki owsiane , sezam luskany, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia , jęczmień słodowy, uniwersalny polepszacz do pieczywa pszennego i mieszanego: (mąka pszenna , cukier mąka sojowa , mąka ze siodu jęczmiennego , środek do przetwarzania mąki, enzymy (pszenica)), produkt może zawierać : żyto , owies , jaja , mleko , sezam) chleb zwykły 30g :mąka pszenna , woda, mąka żytnia , sól, drożdże ser żółty 20g (mleko), sałata 5 g, pomidor 40g, kakao 5g na mleku 200g (mleko , soja , gluten),szynka biała 20 g, cukier 5 g
Wtorek 03.02.2026 	Bułka orkiszowa, masło, pasta z wysokogatunkowej wędliny, papryka czerwona, zbożowe kółeczka z miodem na mleku, herbata owocowa	Zupa ogórkowa z warzywami, spaghetti z sosem warzywno - mięsnym, ze świeżą bazylią i żółtym serem, kompot wieloowocowy, owoc	Kisiel z malinami, waffle ryżowe, kawa zbożowa na mleku	ŚNIADANIE : bułka orkiszowa 30g : mąka pszenna , pasta z ziarnami pszenicy orkisz 16,67%(ziarna pszenicy orkisz , woda, zakwas żytni (woda, częściowa prażona mąka żytnia dojrzwały zakwas), sól, płatki ziemniaczane, kwas: kwas octowy, ocet jabłkowy), woda, drożdże, cukier, sól, olej rzepakowy, polepszacz do pieczywa(mąka pszenna emulgator, mąka sojowa , środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, enzymy) masło 8 g (mleko), wędlina 20g (mięso wieprzowe, sól, przyprawy naturalne, cukier, substancja zagęszczająca kargen, substancja konserwująca azotyn sodu, do wyprodukowania 100 g produktu zużyto 102 g mięsa wieprzowego), majonez 3g (jajko , gorczyca), papryka czerwona 10g, zbożowe kółeczka z miodem na mleku 25g (mleko 200 g), cukier 5g herbata owocowa 150 g OBIAD: zupa ogórkowa- marchew 30 g, pietruszka 20 g, seler 20 g (seler), por 6g ,natka 2 g, koper 2 g, śmietanka (18%) 15g, (mleko), łopatką 10g, ogórek kiszony 25g, ziemniaki 50g, makaron 50g (mąka pszenna , mleko , jajko , seler), ser żółty 10g (mleko), bazylią, pomidory 30g, koncentrat pomidorowy 5 g, łopatką 70g, kompot wieloowocowy 40 g, cukier 4 g, owoc 100g PODWIECZOREK: kisiel 100g, maliny 30 g, waffle ryżowe 10 g, , kawa zbożowa 5 g na mleku 200g (mleko , jęczmień , żyto) cukier 5 g
Środa 04.02.2026 	Bułka włoska, chleb gryczany, masło, miód pszczeli, jajko, rzodkiewka, szczypiorek, kakao na mleku	Rosół z perliczki z makaronem, gołąbek bez zawijania przygotowany na parze, sos pomidorowy, ogórek kiszony, ziemniaki, woda źródłana z rumiankiem, owoc	Ciasto maślane z przedszkolnego pieca z owocami, kawa inka na mleku	ŚNIADANIE: bułka włoska 30g :mąka pszenna , woda, drożdże, cukier sól, olej rzepakowy, polepszacz do pieczywa(mąka pszenna , emulgator, mąka sojowa , środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, enzymy) chleb gryczany 35 g: mąka pszenna typu 750, koncentrat ciasta zianowego 45,05%(mąka pszenna , typu750, mąka żytnia typu 720, grys gryczany(10%), słonecznik luskany, siemię lniane , soja łamana prażona, sól, siód jęczmienny ciemny, gluten pszenny ,mąka sojowa , siód pszenny jasny suchy kwas żytni , (mielone produkty żytnie , kultury starterowe), płatki ziemniaczane, przyprawa ziołowa:kolendra, środki do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy enzymy piekarnicze), woda drożdże masło 8g (mleko),miód pszczeli 10 g, jajko 15 g (jajko), szczypiorek 2 g, rzodkiewka 10g, kakao 5g na mleku 200g (mleko , soja , gluten), cukier 5g OBIAD: rosół – marchew 15 g, pietruszka 10 g, seler 10 g (seler), por 6 g, natka 2 g, koper 2 g, skrzydło z indyka 20 g , perliczka 30 g, makaron 20g (jajko , mąka pszenna), gołąbek – łopatką 70 g (jajko 5 g) , kapust biała 50g, pomidory 30g, koncentrat pomidorowy 5 g,ogórek kiszony 50g , ziemniaki 200g, woda źródłana 150 g, rumianek 5 g, owoc 100g PODWIECZOREK: ciasto maślane (mąka pszenna 60 g, jajko 10g) , maślanka 30 g (mleko), proszek do pieczenia 1g,owoce 8 g, olej 10 g, kawa inka 5g na mleku 200 g (mleko , jęczmień , żyto)
Czwartek 05.02.2026 	Bułka piegus, masło, pasta z soczewicy, kielki, płatki owsiane na mleku słodzone miodem, herbata malinowa	Zupa krem z białych warzyw, schab panierowany, ziemniaki a'la frytki z pieca, dip jogurtowy, surówka z białej kapusty marchwi i jabłka, sok jabłkowy 100%, owoc	Kasza manna na mleku z mussem owocowym, herbata zielona	ŚNIADANIE: bułka piegus 30 g: (mąka pszenna , woda, słonecznik luskany, siemię lniane, płatki owsiane , sezam luskany, cukier, drożdże, sól, mąka żytnia , jęczmień słodowy, uniwersalny polepszacz do pieczywa pszennego i mieszanego: (mąka pszenna , cukier mąka sojowa , mąka ze siodu jęczmiennego , środek do przetwarzania mąki, enzymy (pszenica)), produkt może zawierać : żyto , owies , jaja , mleko , sezam) masło 8g (mleko), kielki 10g, soczewica 10 g, majonez 3 g (jajko , gorczyca), płatki owsiane na mleku 15g (mleko), mleko 200g, miód 10g, herbata malinowa 150 g OBIAD: zupa krem z białych warzyw – marchew 15 g, pietruszka 100 g, seler 100 g (seler), ziemniaki 50g, por 6g, natka 2 g, koper 2 g, udko 10g ,śmietanka (18%) 15 g (mleko), schab panierowany 70g (jajko 5 g, mleko 5 g), bułka tarta 10 g (gluten),olej 25 g, ziemniaki 200g, dip jogurtowy – jogurt 50g (mleko), ketchup 5g, majonez 5 g (jaja), surówka z białej kapusty 80g, jabłko 10g, marchew 10 g, sok jabłkowy 100% 150 g, owoc 100 g PODWIECZOREK: kasza manna 25 g na mleku 200 g (mleko , mąka pszenna), mus owocowy 50g, herbata zielona 150g
Piątek 06.02.2026 	Rogal, chleb kołodziej, masło, twarożek, rzodkiewka, dżem śliwkowy przygotowany w przedszkolnej kuchni, kawa zbożowa na mleku	Zupa szczawiowa na drobiu z jajkiem, kotlet rybny z miruny, ryż paraboliczny, surówka z kapusty włoskiej, marchwi i jabłka, kompot jabłkowy, marchewka do chrupania	Koktajl jogurtowo – maślane z borówkami, słomka biszkoptowa	ŚNIADANIE: rogal 35 g : mąka pszenna , woda, koncentrat ciasta drożdżowego (mąka pszenna , , serwatka w proszku(z mleka), białko jaja , w proszku, żółtko jaja , w proszku, sól jodowana (sól, jodan potasu), emulgatory, substancja przeciwzbrylająca (E 170), tłuszcz palmowy, przyprawy, enzymy, aromat, środki do przetwarzania mąki, waniliana, barwnik, mleko 8,90 %, drożdże, margaryna (lżeje i tłuszcze roślinne (palmowy, rzepakowy, kokosowy, częściowo utwardzony palmowy w zmiennych proporcjach), woda, emulgatory (mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych kwasowości (kwas cytrynowy))), cukier chleb kołodziej 30 g:(mąka żytnia , woda mieszanaka piekarska(płatki owsiane , nasiona słonecznika, płatki z pszenicy orkisz , siemię lniane, włókna roślinne(babki plesznik, owoców cytrusowych, owsa , jabłka, pszenicy)pestki dyni, nasiona sezamu , ziarna żyta , sól kielki pszenicy , gluten pszenny , ekstrakt ze siodu jęczmiennego, olej rzepakowy)zakwas piekarski(zakwas żytni (częściowo prażona mąka żytnia ,woda, dojrzwały zakwas), kwas:kwas octowy, ekstrakt ze siodu jęczmiennego drożdże, sól masło 8g (mleko), twarożek 10g (mleko), śmietanka (18%) 5 g (mleko), rzodkiewka 10g, dżem śliwkowy 10g, kawa zbożowa 5 g na mleku 200g (mleko , jęczmień , żyto) OBIAD: zupa szczawiowa: szczaw 30 g– marchew 15g, pietruszka 10 g, seler 10 g(seler), por 6g , koper 2 g, natka 2 g, śmietanka 15g (mleko), bułka tarta 10 g (gluten), ziemniaki 50 g, udko drobiowe 10 g, jajko 2,5 g, ryż 35 g kotlet rybny 70g (jajko 5 g , mąka pszenna 5 g), kapusta włoska 80 g, marchew 10 g, jabłko 10g, jabłka 50 g,marchew 50 g PODWIECZOREK: koktajl jogurtowo- maślane (mleko) 200g, borówki 50 g, słomka biszkoptowa 10g (mleko , mąka pszenna , jajko),

*przedszkole zastrzega sobie prawo do zmian, woda źródłana 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, skład wszystkich potraw do wglądu u intendenta