

| Jadłospis - Przedszkole Publiczne Nr 4 w Skoczowie |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                     |                                                                                          |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Okres                                              | 01.10.2025 - 10.10.2025                                                                                                                                       |                                                                                                                                     |                                                                                          |
| Dieta                                              | Podstawowa                                                                                                                                                    |                                                                                                                                     |                                                                                          |
| Data                                               | Śniadanie                                                                                                                                                     | Obiad                                                                                                                               | Podwieczorek                                                                             |
| 01.10.2025<br>Środa                                | Jajecznicza ze szczypiorkiem, ogórek zielony, Chleb graham , masło, Kawa zbożowa z mlekiem, herbata rooibos z malinami<br>Śniadanie II : Melon                | Zupa krupnik z kaszą jęczmienną , Paluszki rybne w otrębach, ziemniaki, włoszczyzna na maśle, Woda z cytryną i miętą                | Chałka z masłem i miodem, chipsy jabłkowe, Kakao                                         |
| 02.10.2025<br>Czwartek                             | Mleko z płatkami orkiszowymi, dżem truskawkowy, Bułka kanapkowa, masło, Herbata z melisy<br>Śniadanie II : Winogrono                                          | Barszcz z jajkiem<br>Pierś duszona w sosie śmietankowym, ryż brązowy, surówka z sałaty lodowej z ogórkiem zielonym, Kompot śliwkowy | Jogurt jagodowy - wyrób własny ( jogurt naturalny z mrożonymi jagodami)<br>Wafle ryżowe  |
| 03.10.2025<br>Piątek                               | Szynka z indyka, sałata zielona, pomidorki koktajlowe, Chleb żytni, masło, Kawa zbożowa z mlekiem, herbata owocowa<br>Śniadanie II : Marchewka                | Zupa gulaszowa z ziemniakami, Pancakes z kremem orzechowym i bananem, Kompot truskawkowo- agrestowy                                 | Makrela w pomidorach , ogórek zielony, Bułka grahamka, masło, Herbata rumiankowa         |
| 06.10.2025<br>Poniedziałek                         | Mleko z makronem, humus, papryka, Chleb orkiszowy, masło, Herbata malinowa<br>Śniadanie II : Jabłko                                                           | Krem z czerwonych warzyw z groszkiem ptysowym, Gulasz wieprzowy, kasza jęczmienna , bukiet warzyw gotowanych, Kompot wieloowocowy   | Serek śmietankowy z truskawką, pieczywo chrupkie, Herbata z melisy                       |
| 07.10.2025<br>Wtorek                               | Serek z łososiem wędzonym, pasztet drobiowy ( wyrób własny), pomidor, Chleb z ziarnami, masło, Kawa zbożowa z mlekiem, herbata rooibos<br>Śniadanie II : Kiwi | Zupa ryżowa, Kotlet szarpany z kalafiemem, ziemniaki, mizeria, Woda z cytrusami                                                     | Kolorowa galaretka z owocami ( ananas, gruszka)                                          |
| 08.10.2025<br>Środa                                | Poledwica drobiowa, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, roszponka, Chleb graham, masło, Kawa zbożowa z mlekiem, herbata ziołowa<br>Śniadanie II : Banan    | Zupa z czerwonej soczewicy, Knedle ze śliwką ( wyrób własny), masło, cukier brązowy, Kompot porzeczkowy                             | Pasta z tuńczyka i jajka, ogórek kiszony, Bułka kanapkowa, masło, Herbata z cytryną      |
| 09.10.2025<br>Czwartek                             | Owsianka z morelą i siemieniem lnianym, powidło śliwkowe, Chleb słonecznikowy, masło Herbata ziołowa<br>Śniadanie II : Winogrono                              | Rosół z makaronem, Potrawka z kurczaka, ryż brązowy, surówka z marchewki i ananasa, Kompot śliwkowy                                 | Ciasto z jabłkami- wypiek własny<br>Kakao                                                |
| 10.10.2025<br>Piątek                               | Jajko gotowane, szynka wieprzowa, ogórek zielony, Chleb żytni, masło Kawa zbożowa z mlekiem, herbata ziołowa<br>Śniadanie II : Orzechy nerkowca               | Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną, Burger rybny, ziemniaki, surówka z kiszonej i jabłka, Kompot truskawkowo-agrestowy                  | Koktajl z maliną i mango- wyrób własny ( maślanka, owoce mrożone)<br>Granola czekoladowa |

Dzieci mają codziennie dostęp do wody mineralnej.  
Dzieci wymagające diety eliminacyjnej otrzymują właściwe dla nich produkty w posiłkach.

#### ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor