

| Jadłospis - Przedszkole Publiczne nr 4 w Skoczowie z oddz. zamiejsc. |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Okres                                                                | 16.03.2026 - 27.03.2026                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                             |
| Dieta                                                                | Podstawowa                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                             |
| Data                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                              | Obiad                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek                                                                                                                |
| 16.03.2026<br>Poniedziałek                                           | Mleko z płatkami kukurydzianymi. Chleb żytni, masło, ser biały ze szczypiorkiem, polędwica drobiowa, sałata zielona, rzodkiewki. Herbata miętowa. Jabłko, bakalie. Alergeny( mąka pszenna, orzechy, nabiał)                            | Zupa gyros z kurczakiem i warzywami. II danie: placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym. Kompot z aronii. Alergeny( seler, jaja, mąka pszenna, jaja)                                                                                   | Chleb pszenny, masło, jajko nadziewane z koperkiem, ogórek zielony, pomidorki. Kakao. Alergeny( mąka pszenna, nabiał, jaja) |
| 17.03.2026<br>Wtorek                                                 | Chleb z ziarnami, smalczyk z białej fasoli z cebulką, rolada wieprzowa z warzywami, ogórek kiszony. Kawa inka z mlekiem. Kalarepa, marchew. Alergeny( mąka pszenna, nabiał)                                                            | Rosół z makaronem i kluseczkami wąrobianymi. II danie: kasza gryczana, gulasz z wołowiną i wieprzowiną, sałatka z kapusty czerwonej. Kompot wieloowocowy. Alergeny( mąka pszenna, jaja, seler)                                          | Ciasto murzynek(wypiek własny). Koktajl owocowy z maślanką. Alergeny( mąka pszenna, jaja, nabiał)                           |
| 18.03.2026<br>Środa                                                  | Mleko z płatkami ryżowymi. Graham, masło, pasta z jajka z kukurydza i szczypiorkiem, papryka czerwona. Herbata rumiankowa. Bana. Alergeny( mąka pszenna, jaja, nabiał)                                                                 | Zupa ogórkowa z makaronem. II danie: kluski śląskie, leczo z ciecierzycą. Kompot porzeczkowy. Alergeny( seler, nabiał, mąka pszenna)                                                                                                    | Gryzik z masłem i cynamonem. Sok pomarańczowy (tłoczony) Alergeny( nabiał, kasza manna)                                     |
| 19.03.2026<br>Czwartek                                               | Bułka, masło, pasta z makreli wędzonej, ser żółty, marchew pieczona. Kawa inka z mlekiem. Marchew, jabłko. Alergeny( mąka pszenna, nabiał)                                                                                             | Krem z pomarańczowy warzyw z grzanką. II danie: ziemniaki pieczone, kotlet szarpany(kurczak i kalafior), mix sałatek z pomidorami suszonymi, pestkami dyni i słonecznika. Woda z cytryną. Alergeny( mąka pszenna, jaja, nabiał)         | Mleko z płatkami Musli. Sałatka owocowa. Alergeny( nabiał, płatki owsiane)                                                  |
| 20.03.2026<br>Piątek                                                 | Mleko z lanym ciastem. Chleb razowy, masło, schab pieczony, brokuł pieczony, pomidor. Herbata owocowa. Gruszki. Alergeny( nabiał, jaja, mąka pszenna)                                                                                  | Zupa fasolowa z warzywami i grzankami. II danie: ryż, pulpety rybne w sosie koperkowym, buraczki z jabłkiem. Kompot agrestowy. Alergeny( mąka pszenna, jaja, seler, nabiał)                                                             | Makaron pod pierzynką.(twaróg) Kompot. Sałatka owocowa. Alergeny( mąka pszenna, nabiał)                                     |
| 23.03.2026<br>Poniedziałek                                           | Mleko z kaszą jaglaną. Graham, masło, jajko gotowane, rzodkiewki, ogórek zielony. Herbata z lipy. Melon, mandarynki. Alergeny( mąka pszenna, nabiał, jaja)                                                                             | Kapuśniak z młodej kapusty z warzywami i mięsem. II danie: racuch z jabłkami i bitą śmietaną. Kompot wieloowocowy. Alergeny( nabiał, jaja, mąka pszenna, seler)                                                                         | Deserek z banami, nasionami Chia i jogurtem naturalnym. Biszkopciki (wypiek własny). Alergeny( mąka pszenna, jaja, nabiał)  |
| 24.03.2026<br>Wtorek                                                 | Chleb pszenny, masło, kielbaski grzane, papryka czerwona, ser biały z koperkiem. Kawa inka z mlekiem. Marchew, awokado. Alergeny( mąka pszenna, nabiał)                                                                                | Zupa pomidorowa z makaronem. II danie: kasza bulgur, pieczeń wieprzowa pieczona z cebula i jabłkami, sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, rzodkiewkami i ogórkiem zielonym. Woda z cytryną. Alergeny( nabiał, mąka pszenna, seler) | Klusieczki półfrancuskie z musem truskawkowym. Mleko. Alergeny( nabiał, jaja, mąka pszenna)                                 |
| 25.03.2026<br>Środa                                                  | Śniadanie Wielkanocne, Bułka, graham, masło, "murzyn"(kielbaska w cieście), jaja, sałata zielona, pomidor, rzodkiewki, ogórek zielony. Kawa inka z mlekiem. Sok pomarańczowy (tłoczony), jabłko. Alergeny( mąka pszenna, jaja, nabiał) | Zupa z ciecierzycy z warzywami i groszkiem ptysiowym. II danie: ziemniaki, ryba smażona, surówka z marchewki z ananasem. Kompot porzeczkowy. Alergeny( mąka pszenna, jaja, seler)                                                       | Babka piaskowa (wypiek własny). Kakao. Owoce. Alergeny( mąka pszenna, jaja, nabiał)                                         |
| 26.03.2026<br>Czwartek                                               | Mleko z makaronem. Chleb razowy, pasta warzywna, masło, pieczeń rzymska.(wyrób własny). Herbata rumiankowa. Banan. Sok jabłkowy( tłoczony) Alergeny( mąka pszenna, nabiał, jaja)                                                       | Krem z pory i ziemniaków z grzankami. II danie: kluski na parze z powidłami śliwkowymi, koktajl owocowy z jogurtem. Kompot z aronii. Alergeny( mąka pszenna, nabiał, seler, jaja)                                                       | Budyń Waniliowy. Sok z buraka i jabłka (tłoczony) Alergeny( nabiał)                                                         |
| 27.03.2026<br>Piątek                                                 | Mleko z kaszą manną. Chałka, masło, dżem truskawkowy. Herbata z lipy. Jabłko. Alergeny( mąka pszenna, kasza manna, nabiał)                                                                                                             | Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną. II danie: spaghetti z sosem szpinakowym. Kompot wieloowocowy. Alergeny( mąka pszenna, nabiał, seler)                                                                                                    | Babka z czarną porzeczką.(wypiek własny) jabłko. Mleko. Alergeny( mąka pszenna, jaja, nabiał)                               |

Dzieci wymagające diety eliminacyjnej otrzymują właściwe dla nich produkty w posiłkach.

**ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE**

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor