

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 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 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 wątrobianymi. 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 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 Czwartek	Bułka, masło, pasta z makreli wędzonej, ser żółty, marchew pieczona. Kawa inka z mlekiem. Marchew, jabłko. Alergeny(mąka pszenna, nabiał)	Krem z pomarańczowym 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 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 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 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 Środa	Mleko z makaronem. Bułka, masło, jajko, sałata zielona, rzodkiewki, ogórek zielony. Herbata owocowa. Sok pomarańczowy (tłoczony), jabłko. Alergeny(mąka pszenna, jaja, nabiał)	Zupa z ciecierzycy z warzywami i groszkiem ptysiovym. 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 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 Piątek	Mleko z kaszą manną. Chałka, masło, dżem truskawkowy. Herbata z lipy. Marchew, kalarepa. Alergeny(mąka pszenna, kasza manna, nabiał)	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną. II danie: spaghetti z kurczakiem, warzywami w sosie pomidorowym. Kompot wieloowocowy. Alergeny(mąka pszenna, nabiał, seler)	Babka z czarną porzeczką.(wypiek własny) jabłko. Mleko. Alergeny(mąka pszenna, jaja, nabiał)

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