

Intendent**pro**

Jadłospis Jadłospis Przedszkole Samorządowe w Mogilanach 4-8 maj 2026

📅 **04.05.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

**Kanapka z szynką wieprzową i sałatą**

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (z **mleka**), sałata

**Pomidor**

**Kawa zbożowa na mleku**

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto** , **jęczmień**)

**Cukier**

Śniadanie II

**Mandarynki**

**Obiad**

**Zupa grochowa z grzankami**

Składniki: woda, groch, nasiona suche, bułki **pszenne** zwykłe, marchew, oliwa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

**Kluski leniwe z masłem**

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**) , cukier, sól biała

**Woda z cytryną**

Składniki: woda, cytryna

**Surówka z marchewki i anansem**

Składniki: marchew, ananas, plastry w syropie, oliwa

Podwieczorek

**Jabłko pieczone z kruszonką**

Składniki: jabłko, masło ekstra (z **mleka**), cukier, mąka **pszenna**, typ 1850, płatki **owsiane**

**Orzechy włoskie**

Energia: 1034 kcal
--------------------

📅 **05.05.2026** **Wtorek**

Śniadanie

**Owsianka na mleku**

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

**Kanapka z serem i rzodkiewką**

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, rzodkiewka, ser salami pełnotłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

**Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Śniadanie II

**Banan**

**Obiad**

**Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem**

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Ziemniaki gotowane**

Składniki: ziemniaki, sól biała

**Kotlet schabowy**

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe

**Sałata lodowa z jogurtem naturalnym**

Składniki: sałata, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)

**Kompot wieloowocowy**

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek

**Ciasto drożdżowe cynamonowe**

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, drożdże piekarskie, prasowane, **jaja** kurze całe, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, cynamon, masło ekstra (z **mleka**)

**Mleko krowie, 2% tłuszczu**

Energia: 833 kcal
-------------------

📅 **06.05.2026** **Środa**

Śniadanie

**Bułka pszenna z twarogiem, papryką i rzodkiewką**

Składniki: bułki kajzerki (**pszenica**), papryka czerwona, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**)

**Kakao bez cukru**

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek

**Cukier**

Śniadanie II

**Pomarańcza**

**Obiad**

**Krem z dyni**

Składniki: dynia, ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, pomidory w puszce krojone, cebula, olej rzepakowy, masło ekstra (z **mleka**), czosnek, sól biała, kurkuma, imbir suszony mielony

**Dynia, pestki, łuskane**

**Ryż biały**

**Pieczony filet z piersi kurczaka w sosie śmietanowym**

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, woda, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, sól biała, pieprz

**Surówka z białej kapusty Colesław**

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (**jajka**, **gorczyca**), jabłko, koperek

**Herbata owocowa**

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Podwieczorek

**Jogurt naturalny z brzoskwiniami**

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), brzoskwinia w syropie, cukier

**Biszkopty lady fingers (pszenica, jajka)**

Energia: 999 kcal
-------------------

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 **07.05.2026** **Czwartek**

Śniadanie

**Kanapka z masłem**

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

**Parówki z szynki (gorczyca)**

**Kecup**

**Ogórek słupki**

Składniki: ogórek

**Kawa zbożowa na mleku**

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**), cukier

Śniadanie II

**Jabłko**

**Obiad**

**Żurek z ziemniakami na białej**

**kiełbasie**

Składniki: woda, ziemniaki, kiełbasa biała parzona, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), śmietana 18% (z **mleka**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Makaron z koktajlem**

**truskawkowym na jogurcie**

Składniki: truskawki, makaron **pszenny** bezjajeczny, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cukier

**Woda z pomarańczą**

Składniki: woda, pomarańcza

Podwieczorek

**Kanapka z pasztetem warzywno-drobiowym**

Składniki: marchew, pietruszka, korzeń, chleb **pszenno-żytni**, **seler** korzeniowy, mięso z udźca indyka, bez skóry, cebula, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), bułki **pszenne** zwykłe, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

**Ogórek kiszony**

**Herbata z cytryną i miodem**

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Energia: 996 kcal
-------------------

📅 **08.05.2026** **Piątek**

Śniadanie

**Kanapka z pastą z awokado**

Składniki: awokado, chleb **pszenno-żytni**, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, cytryna, czosnek, sól biała, pieprz

**Pomidor ze szczypiorkiem**

Składniki: pomidor, szczypiorek

**Kakao**

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Śniadanie II

**Gruszka**

**Obiad**

**Zupa koperkowa z ryżem**

Składniki: woda, marchew, ryż biały, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, oliwa, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

**Ziemniaki gotowane**

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

**Miruna w sosie pomidorowym**

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, olej rzepakowy

**Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i pora**

Składniki: kapusta kiszona, marchew, por, olej rzepakowy

**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

**Twarożek z borówkami**

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), borówki, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cukier

**Chleb pszenny zwykły**

**Woda**

Energia: 949 kcal
-------------------