

JADŁOSPIS 05-09.10.2026

DATA	ŚNIADANIE 9:00	OBIAD 12:00	PODWIECZOREK 14:30
5 X 2026 Poniedziałek	*Płatki ryżowe 15g mleko 2% 200ml (1,7) *Pieczywo razowe 40g (1), masło 5g (7), sałata masłowa, żywiecka 20g, pasta z makreli 20g (3,4,7), pomidor, papryka, szczypiorek (20g) *Herbata rumiankowa 150ml / Woda *owoce: jabłka/gruszką 100g	*Zupa chrzanowa z makaronem 220ml (1,7,9) (włoszczyzna, chrzan, makaron, śmietana 36% przyprawy) *Sznyceł z kurczaka 80g, ziemniaki 150g, mini marchewka i zielona fasolka 60g (7) *Kompot jabłkowy 200ml / Woda	*Kasza manna na gęsto z musem brzoskwińowym 200g (1,7) Woda Owoce: jabłka/maliny 100g
6 X 2026 Wtorek	*Płatki owsiane 20g mleko 2% 200ml (1,7) *Pieczywo razowe 40g (1), masło 5g (7), rukola, schab pieczony 20g, twaróg z rzodkiewką (7), ogórek, papryka, szczypiorek (20g) *Herbata koperkowa 150ml / Woda *owoce: jabłka/arbuza 100g	*Zupa fasolowa z ziemniakami 220ml (7,9) (włoszczyzna, fasola, ziemniaki, przyprawy) *Knedle ze śliwką z masłem i bułką tartą 200g (1,3,7), surówka z marchewki i ananasa 60g *Kompot owocowy 200ml / Woda	*Grahamka z masłem *Pasztet drobiowy własnego wyrobu z ogórkiem kiszonym i papryką 20g *Herbata z cytryną 200ml / Woda Owoce: jabłka/banan 100g
7 X 2026 	STÓŁ SZWEDZKI *Pieczywo razowe 40g (1), masło 5g (7) *Kabanosy drobiowe 10g/ kielbasa lisiecka 10g/ ser żółty 10g (7) / jajko na twardo 5g (3) / twaróg półtłusty 10g (7) / mini mozzarelli 7g (7) / powidła własne bez cukru 5g *Sałata rzymska, mix świeżych warzyw (20g) *Kakao naturalne 200ml (7) / Woda *owoce: jabłka/maliny 100g	*Zupa ogórkowa 220ml (7,9) (włoszczyzna, skrzydło indyka, ziemniaki, ogórki kiszone, śmietana 36%, przyprawy) *Leczo warzywne 180, ryż jaśminowy 60g, słupki ogórka małosolnego 60g *Kompot jabłkowy 200ml / Woda	*Jogurt naturalny z truskawkami 200ml (7) *Chrupki kukurydziane naturalne 10g *Kawa inka 200ml (1,7) / Woda Owoce: jabłka/brzoskwinie 100g
8 X 2026 Czwartek	*Makaronik 20g mleko 2% 200ml (1,7) *Pieczywo razowe 40g (1), masło 5g (7), sałata lodowa, szynka z beczki 20g, pasta jajeczna z kukurydzą 20g, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek (20g) *Herbata miętowa 150ml / Woda *owoce: jabłka/gruszką 100g	Krem z dyni z pestkami słonecznika 220ml (7,9) (włoszczyzna, ziemniaki, dynia, przyprawy, śmietana 36%, pestki słonecznika) *Gulasz z szynki z warzywami 60g, kasza pęczak 150g, surówka z kapusty pekińskiej 60g (7) *Kompot owocowy 200ml / Woda	*Pudding ryżowo-czekoladowy własnego wyrobu z częstkami banana 200ml (7) *Bawarka 200ml (7) / Woda Owoce: jabłka/śliwki 100g
9 X 2026 Piątek	*Płatki kukurydziane 30g mleko 2% 200ml (1,7) *Pieczywo razowe 40g (1), masło 5g (7), sałata lodowa, pasta z białej fasoli 10g, ser żółty 10g (7), ogórek kiszony, papryka, oliwki, szczypiorek (20g) *Herbata owocowa 150ml / Woda *owoce: jabłka/brzoskwinie 100g	*Zupa jarzynowa 220ml (7,9) (włoszczyzna, bukiet warzyw, ziemniaki, przyprawy, śmietana 12%) Kotleciki z łososia z warzywami i jajkiem 60g (1,3,4), ziemniaki 150g, surówka z kapusty kiszonej i marchewki 60g *Kompot owocowy 200ml / Woda	*Deser panna cotta z owocami 180g (7) *Kakao 200ml (7) / Woda Owoce: jabłka/banany 100g

Posiłki w naszym przedszkolu przygotowywane są z wykorzystaniem pieca konwekcyjno-parowego, co pozwala na zachowanie wysokiej jakości i wartości odżywczych potraw oraz ograniczenie tradycyjnego smażenia.

Z uwagi na kwestie organizacyjne oraz dostawy produktów jadłospis może ulec zmianie.

ALERGIE POKARMOWE DZIECI POWINNY ZOSTAĆ NIEZWŁOCZNIE PRZESŁANE NA MAILA

p390@eduwarszawa.pl

ORAZ POŚWIADCZONE ZAŚWIADCZENIEM OD LEKARZA

INFORMACJE O ALERGENACH

Zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 w sprawie przekazywania informacji na temat żywności informujemy, że w naszej kuchni używane są substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji.

Alergeny występujące w posiłkach:

1.  Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz i produkty pochodne
2.  Skorupiaki i produkty pochodne
3.  Jaja i produkty pochodne
4.  Ryby i produkty pochodne
5.  Orzeszki ziemne (arachidowe)
6.  Soja i produkty pochodne
7.  Mleko i produkty pochodne
8.  Orzechy
9.  Seler i produkty pochodne
10.  Gorczyca i produkty pochodne
11.  Nasiona sezamu i produkty pochodne
12.  Dwutlenek siarki
13.  Łubin
14.  Mięczaki

Zgodnie z oświadczeniami producentów użyte produkty gotowe (np. wędliny, kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy...) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy. Używane do potraw naturalne przyprawy (pieprz, pieprz ziółowy, lubczyk, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, czosnek, curry, kminek, kolendra, kurkuma, imbir, cynamon, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, gąłka muszkatołowa, goździk, zioła prowansalskie, majeranek, tymianek, bazylia) mogą zawierać śladowe ilości alergenów z grupy 1, 3, 6, 7, 9, 10