




# JADŁOSPIS 18-22.05.2026



DATA	ŚNIADANIE 9:00	OBIAD 12:00	PODWIECZOREK 14:30
18 V 2026 Poniedziałek Alergeny 1/3/4/6/7/9	*Kasza manna 20g mleko 2% 200ml (1,7) *Pieczywo pszenne i razowe 40g (1), masło 5g (7), sałata masłowa, szynka krucha 20g, pasta z tuńczyka i jajek 20g (3,4,7), pomidor, papryka, szczypiorek (20g) *Herbata rumiankowa 200ml / Woda *owoce: jabłka/gruszką	*Kapuśniak z kiszonej kapusty 220ml (7,9) (włoszczyzna, ziemniaki, kiełbasa podwawelska, kapusta kiszona, przyprawy) *Pulpeciki z soczewicy czerwonej w sosie pomidorowym 60g (1,3), kasza jaglana z warzywami 120g, surówka z ogórka małosolnego z koperkiem 60g *Kompot jabłkowy 200ml / Woda	*Jogurt naturalny 200ml (7) *Musli owocowe 30g (1,8) *Borówki 10g *Herbata z cytryną 200ml / Woda Owoce: jabłka/arbuz
19 V 2026 Wtorek Alergeny 1/3/6/7/9	*Płatki kukurydziane 20g mleko 2% 200ml (1,7) *Pieczywo pszenne i razowe 40g (1), masło 5g (7), liście szpinaku, szynka masarza 20g, twarożek ze słonecznikiem (7), ogórek, papryka, szczypiorek (20g) *Herbata koperkowa 200ml / Woda *owoce: jabłka/arbuz	*Zupa szczawiowa z jajkiem 220ml (3,7,9) (włoszczyzna, ziemniaki, szczaw, jajka, śmietana 36%, przyprawy) *Kotlet schabowy panierowany 60g (1,3), ryż brązowy i biały 80g, marchewka z groszkiem duszona 60g (1,7) *Kompot owocowy 200ml / Woda	*Placuszki z cukinii, marchwi i siemienia lnianego (1,3) *Sos jogurtowo-czosnkowo (7) *Napój cytrynowo-miodowy 200ml / Woda Owoce: jabłka/ banan
20 V 2026  Alergeny 1/3/6/7/9	<b>STÓŁ SZWEDZKI</b> *Pieczywo mieszane 40g (1), masło 5g (7) *Szynka włoska 10g/ kiełbasa 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/ pomarańcze	*Krem kalafiorowo-ziemniaczany z kabanosami 220ml (włoszczyzna, kalafior, ziemniaki, kabanosy, cebula, śmietana 36%) *Makaron penne pełnoziarnisty z sosem carbonara 220g, brokuły i mini marchewka 60g *Kompot jabłkowy 200ml / Woda	*Pudding ryżowo-czekoladowy własnego wyrobu z częstkami banana 200ml (7) *Chrupki kukurydziane naturalne *Herbata owocowa 200ml / Woda Owoce: jabłka/ melon
21 V 2026 Czwartek Alergeny 1/3/6/7/9	*Płatki ryżowe 20g mleko 2% 200ml (1,7) *Pieczywo pszenne i razowe 40g, masło 5g, sałata lodowa, szynka z beczi 20g, pasta z ciecioriki i pomidorów suszonych 10g, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek (20g) *Herbata miętowa 200ml / Woda *owoce: jabłka/gruszką	*Zupa pomidorowa z makaronem 220ml (1,7,9) (włoszczyzna, przecier pomidorowy, skrzydła indyka, makaron, przyprawy, śmietana 12%) *Gulasz z szynki 60g, kasza gryczana 120g, surówka z buraczków 60g (1,7) *Kompot owocowy 200ml / Woda	*Mini kajzerka z masłem (1,7) *Kurczak gotowany, jajko na twardo *Roszponka, pomidor *Kawa zbożowa inka (1,7) / Woda Owoce: jabłka/ kiwi
22 V 2026 Piątek Alergeny 1/3/4/6/7/9	*Płatki jaglane 30g mleko 2% 200ml (1,7) *Pieczywo pszenne i razowe 40g (1), masło 5g (7), sałata lodowa, pasta z fasoli czerwonej 20g, kiełbasa lisiecka 10g, ogórek kiszony, papryka, oliwki, szczypiorek (20g) *Herbata owocowa 200ml / Woda *owoce: jabłka/banan	*Zacierkowa z zielonym groszkiem i marchewką 220ml (1,7,9)(włoszczyzna, skrzydła indyka, cebula, groszek, śmietana, zacierki, przyprawy) *Filet z miruny panierowany w płatkach kukurydzianych 60g (1,4), ziemniaki 150g, surówka z selera z marchewką 60g (7,9) *Kompot owocowy 200ml / Woda	*Szarlotka własnego wypieku 100g (1,3,7) *Kakao 200ml (7) / Woda Owoce: jabłka/ śliwki

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

**Napoje serwowane dzieciom, takie jak herbata, kompoty czy napoje mleczne, nie są dosładzane cukrem.**

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















**ALERGIE POKARMOWE DZIECI POWINNY ZOSTAĆ NIEZWŁOCZNIE PRZESŁANE NA MAILA  
[p390@eduwarszawa.pl](mailto: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 gorzycy. 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, gałka muszkatołowa, goździk, ziola prowansalskie, majeranek, tymianek, bazylija) mogą zawierać śladowe ilości alergenów z grupy 1, 3, 6, 7, 9, 10