

## Spis treści

|                                                            |   |
|------------------------------------------------------------|---|
| Jadłospis obowiązujący od 13.07.2026 do 17.07.2026 r. .... | 2 |
| Poniedziałek 13.07.2026 .....                              | 2 |
| Śniadanie .....                                            | 2 |
| Pierwsze danie: .....                                      | 2 |
| Podwieczorek .....                                         | 2 |
| Drugie danie: .....                                        | 2 |
| Wtorek 14.07.2026 .....                                    | 3 |
| Śniadanie: .....                                           | 3 |
| Podwieczorek: .....                                        | 3 |
| Pierwsze danie: .....                                      | 3 |
| Drugie danie: .....                                        | 3 |
| Środa 15.07.2026 .....                                     | 4 |
| Śniadanie .....                                            | 4 |
| Pierwsze danie: .....                                      | 4 |
| Podwieczorek: .....                                        | 4 |
| Drugie danie: .....                                        | 4 |
| Czwartek 16.05.2026 .....                                  | 5 |
| Śniadanie .....                                            | 5 |
| Pierwsze danie: .....                                      | 5 |
| Podwieczorek: .....                                        | 5 |
| Drugie danie: .....                                        | 5 |
| Piątek 17.07.2026 .....                                    | 5 |
| Śniadanie: .....                                           | 5 |
| Pierwsze danie: .....                                      | 6 |
| Podwieczorek: .....                                        | 6 |
| Drugie danie: .....                                        | 6 |
| Legenda (objaśnienia): .....                               | 6 |

## Jadłospis obowiązujący od 13.07.2026 do 17.07.2026 r.

### Poniedziałek 13.07.2026

#### Śniadanie

Kanapki z masłem, pasta z żółtego sera ze szczypiorkiem, rzodkiewka, papryka czerwona

- Składniki: **pieczywo mieszane**, **masło**, **ser żółty**, majonez, rzodkiewka, papryka, szczypior, sól

Herbata owocowa

#### Pierwsze danie:

Zupa pomidorowa z ryżem

- Składniki: Ćwiartki z kurczaka, ryż biały, marchewka, pietruszka, **seler**, por, cebula, koperek, natka pietruszki, przyprawy,

#### Podwieczorek

Maślanka z owocami

#### Drugie danie:

Makaron z twarogiem i sosem truskawkowym

- Składniki: **makaron świderki**, **twaróg półtłusty**, **masło**, truskawki, **jogurt naturalny**, cukier

Kompot wiśniowy

## Wtorek 14.07.2026

### Śniadanie:

Owsianka na mleku

- Składniki: **mleko**, **płatki owsiane**

Kanapki z masłem, pasta z makreli , sałata, pomidor, ogórek

- Składniki: **pieczywo**, **masło**, filet z makreli , sałata, pomidor, ogórek,

Herbata z miodem i cytryną

- Składniki: Herbata, cytryna, cukier

### Podwieczorek:

Kolorowe warzywa, **orzechy**

### Pierwsze danie:

Zupa ogórkowa

- Składniki: ćwiartki, włoszczyzna (**seler**), kiszone ogórki, cebula, por, ziemniaki, przyprawy

### Drugie danie:

Kotlet pożarski z ziemniakami

- Składniki: filet z kurczaka, ziemniaki, **bułka czerstwa**, **jaja**, **bułka tarta**, przypraw

Przedszkole Gminne „Kraina Marzeń” w Jerzmanowej

Marchewka z groszkiem na ciepło

Kompot owocowy

**Środa 15.07.2026**

## **Śniadanie**

Kanapki z masłem, szynka drobiowa gotowana, rzodkiewka, szczypiorek

- Składniki: **Pieczywo**, **masło**, szynka, rzodkiewka, szczypiorek,

Kawa zbożowa

- Składniki: **kawa zbożowa**, **mleko**, cukier

## **Pierwsze danie:**

Botwinka z ziemniakami

- Składniki: Ćwiartki drobiowe, ziemniaki, buraki, botwina, marchew, pietruszka, **seler**, por, przyprawy

## **Podwieczorek:**

Ciasto ucierane z owocami

## **Drugie danie:**

Eskalopki w sosie koperkowym z ryżem

- Składniki: filet z kurczaka, **śmietana18%**, **mąka pszenna**, przyprawy

Surówka z kapusty pekińskiej

Kompot z czarnej porzeczki

## Czwartek 16.05.2026

### Śniadanie

Bułka z masłem, nutella własnej roboty,

- Składniki: **Pieczywo pszenno – żytnie**, **masło**, awokado, kakao, miód

Ciepłe mleko

### Pierwsze danie:

Zupa krem z kalafiora

- Składniki: ćwiartki drobiowe, kalafior, marchew, **seler**, pietruszka, ziemniaki, cebula, por, **groszek ptysiowy**

### Podwieczorek:

Budyń śmietankowy

### Drugie danie:

Zapiekanka makaronowa z sosem beszamelowym, pomidorowym i mięsem mielonym

- Składniki: **makaron świderki**, wieprzowe mięso mielone, **mąka pszenna**, **masło**, **ser żółty**, **mleko**, pulpa pomidorowa, przyprawy

Kalarepa do chrupania

Kompot truskawkowy

## Piątek 17.07.2026

### Śniadanie:

Zupa mleczna z płatkami owsianymi

- Składniki: **mleko**, **płatki owsiane**

Przedszkole Gminne „Kraina Marzeń” w Jerzmanowej

Kanapki z masłem, pasztet drobiowy, rzodkiewka, ogórek, szczypiorek.

- Składniki: **pieczywo**, **masło**, pasztet drobiowy, rzodkiew, ogórek, szczypior

Herbata z miodem

## Pierwsze danie:

Rosółek z zacierką

- Składniki: ćwiartki drobiowe, marchew, pietruszka, **seler**, por, cebula, natka pietruszki, przyprawy, zacierka

## Podwieczorek:

Jogurt wanilinowy z malinami

## Drugie danie:

Ryba w sosie greckim z ziemniakami

- Składniki: **filet z mintaja**, ryż, marchew, **seler**, pietruszka, por, cebula, pulpa pomidorowa, przypraw

Surówka z kiszonej kapusty

Kompot owocowy

## Legenda (objaśnienia):

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem

Ilość cukru trzcinowego: 5 g w 220 ml kompotu