



PZZ.016.1.406.2026

**Żłobek Jacek i Agatka, Niezapominajka, Kalinka, Konieczynka, Stokrotka, Płyś, Czerwony Kapturek, Michałki, Calineczka, Krecik
Miś Uszatek, Żurawinka, Przemko, Balbinka, Królewna Śnieżka**

JADŁOSPIS TYGODNIOWY - dieta podstawowa

05-09.10.2026

	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD- II danie	OBIAD- zupa	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Kuskus ¹ na mleku ⁷ z musem truskawkowym (220g) Woda (150g)	Banan (100g)	Jajko gotowane ³ (50g) Sos koperkowy ^{1,7} (50g) Ryż biały (25g) Gotowany bukiet warzyw (50g) Woda z cytryną (150g)	Zupa brokułowa ⁹ (220g)	Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Ser mozzarella ⁷ (20g) Pomidor (40g) Herbatka owocowa (150g)
WTOREK	Zupa mleczna ⁷ z płatkami gryczanymi (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pasta z gotowanego łososia ⁴ i twarogu ⁷ (25g) Ogórek zielony (40g) Herbatka owocowa (150g)	Gruszka (100g)	Gotowany filet z kurczaka (50g) Ziemniaki puree ⁷ (100g) Sos paprykowy ¹ (50g) Fasolka szparagowa gotowana (50g) Woda z pomarańczą (150g)	Krupnik ⁹ (220g)	Ciasto biszkoptowe z jabłkiem ^{1,3} (100g) Woda (150g)
ŚRODA	Zupa mleczna ⁷ z płatkami owsianymi ¹ (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pasta jajeczna ³ z dodatkiem jogurtu greckiego ⁷ i koperku (25g) Pomidor (40g) Herbatka ziołowa (150g)	Arbuz (100g)	Kaszotto ¹ mięsno-warzywne (wieprzowe) (150g) Kompot gruszkowo-jabłkowy (150g)	Zupa koperkowa z lanymi kluseczkami ^{1,3,7,9} (220g)	Twarożek ⁷ z tartą gorzką czekoladą (90g)
CZWARTEK	Zupa mleczna ⁷ z makaronem ^{1,3} (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pieczona polędwica (50g) Ogórek kwaszony (40g) Woda (150g)	Gruszka (100g)	Gotowany filet rybny ⁴ (50g) Kasza jęczmienna ¹ (25g) Sos pomidorowy ⁷ (50g) Surówka z kapusty kiszzonej z dodatkiem jabłka, marchewki, oliwy (50g) Kompot jabłkowy (150g)	Zupa jarzynowa ⁹ (220g)	Płatki ryżowe na mleku ⁷ z musem jabłkowym i cynamonem (170g)
PIĄTEK	Zupa mleczna ⁷ z kaszką kukurydzianą (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pasta drobiowa z suszonymi pomidorami (25g) Ogórek kwaszony (25g) Papryka czerwona (25g) Woda (150g)	Jabłko (50g) Banan (50g)	Kotlecik warzywny ^{1,3} (50g) Ziemniaki puree ⁷ (100g) Mizeria na jogurcie naturalnym ⁷ z dodatkiem koperku (50g) Woda z pomarańczą (150g)	Zupa z czerwonej soczewicy ^{7,9} (220g)	Jogurt grecki ⁷ z musem jagodowym (120g)

*cyfry 1-14 informują o alergenach mogących występować w danym posiłku w śladowych ilościach

mgr inż. Martyna Jacewicz

Podstawowy plan żywienia ulega modyfikacji zależnie od wskazań dietetycznych dziecka

Miedzy posiłkami dzieci otrzymują wodę na życzenie. Do surówek i past dodawane są oleje zimno tłoczone lub oliwa

W szczególnych przypadkach jadłospis może ulec modyfikacjom