



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 03.05.2021

Śniadanie:	Dzień wolny
Obiad:	Dzień wolny
Podwieczorek	Dzień wolny

WTOREK 04.05.2021

Śniadanie:	Płatki owsiane (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) szynka (25g) papryka (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Krupnik z natką na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Paluszki rybne (90g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłka, koperku z jogurtem naturalnym (70g) Kompot owocowy (180ml) Rodzynki suszone ALERGENY:1, 7, 4, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (30g) masło (5g) ser biały i miód (20g) Kawa zbożowa z miodem (150ml) Mandarynka ALERGENY:1, 7

ŚRODA 05.05.2021

Śniadanie:	Kasza jaglana (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) filet z indyka, szynka, kiełbasa żywiecka (20g) sałata (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1,7
Obiad:	Kalafiorowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Spaghetti z mięsem wieprzowym, warzywami i świeżą bazylią (90g) Makaron (40g) Ogórek kwaszony do chrupania (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Pampuchy drożdżowe (50g) mus jagodowy (15ml) Herbata owocowa z miodem (150ml) Gruszka ALERGENY:1,3,7

CZWARTEK 06.05.2021

Śniadanie:	Ryż (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) pasztet vege (20g) ogórek zielony (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Barszcz ukraiński z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Naleśniki z serem białym i musem mango (50g) Kalarepa do chrupania (70g) Sok naturalny owocowy (180ml) ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka razowa (30g) masło (5g) kiełbasa krakowska (25g) cykorii (10g) Mięta z miodem (180ml) Banan ALERGENY:1,7

PIĄTEK 07.05.2021

Śniadanie:	Makaron zacierki (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) schab pieczony (30g) pomidor (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Fasolowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Filet z piersi kurczaka z papryką, cukinią, kukurydzą (90g) Ryż brązowy (40g) Sałata z jogurtem naturalnym (60g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki ananasa ALERGENY:1,7,9
Podwieczorek	Bułka grahamka (30g) masło (2g) pasta z makreli i jaj (20g) rzodkiewka (20g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Jabłko ALERGENY:1, 3,4, 7

**Dzieci mają dostęp w ciągu całego dnia do wody źródlanej z dystrybutorów.
Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec nieznacznej modyfikacji
W artykułach spożywczych stosowanych do przygotowywania posiłków
w przedszkolu mogą znajdować się „alergeny ukryte”**



Przedszkole 1
w Warszawie





Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 10.05.2021

Śniadanie:	Płatki kukurydziane (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) ser żółty (25g) pomidor (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Jarzynowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Gołąbki – mięso wieprzowe, ryż, kapusta w sosie pomidorowym (90g) Makaron świderki (40g) Surówka z rzodkiewki, ogórka i koperku z jogurtem naturalnym (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki pomarańczy ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka ziarnista (30g) masło (5g) filet z indyka (20g) sałata (15g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Jabłko ALERGENY:1,7

WTOREK 11.05.2021

Śniadanie:	Makaron nitki (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) polędwica sopocka (25g) ogórek kwaszony (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Krem szpinakowy z natką i grzankami przedszkolnymi na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Potrawka z udźca indyka z warzywami (90g) Ryż brązowy (40g) Surówka z kopru włoskiego, jabłka, natki z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Rogalik maślany (20g) Galaretka z truskawkami (100ml) Rumianek z miodem (150ml) Kiwi ALERGENY:1, 7

ŚRODA 12.05.2021

Śniadanie:	Płatki jęczmienne (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) pasta wedlinowa (20g) rzodkiewka (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1,3, 7
Obiad:	Pomidorowa z natką i ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Kluski leniwe z serem białym masełkiem i cukrem (90g) Papryka do chrupania (70g) Sok naturalny owocowy (180ml) Żurawina suszona ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka grahamka (30g) masło (5g) szynka (25g) cykoria (15g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Mandarynka ALERGENY:1, 7

CZWARTEK 13.05.2021

Śniadanie:	Płatki ryżowe (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) paszтет sojowy (20g) ogórek zielony (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 6, 7
Obiad:	Marchewkowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Strogonow wołowy – mięso wołowe, papryka, pieczarki, koncentrat pomidorowy, ogórek konserwowy (90g) Kasza pęczak (40g) Surówka z sałaty lodowej, kukurydzy, ogórka zielonego, szczypioru z oliwą z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Winogrona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Wafle ryżowe (10g) Pudding kokosowo-ryżowy (100ml) mus malinowy (15ml) Herbata owocowa z miodem (180ml) Gruszka ALERGENY:1,7

PIĄTEK 14.05.2021

Śniadanie:	Kasza manna (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) kielbasa krakowska (30g) papryka (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Zupa z piersi kurczaka, dyni, mleczka kokosowego, natki i makaronu ryżowego (150ml) Kotlet rybny w sosie koperkowym (90g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek (60g) Kompot owocowy (180ml) Rodzynki suszone ALERGENY:1,3,4,7,9
Podwieczorek	Bułka owsiana (30g) masło (5g) dżem niskosłodzony (20g) Bawarka z miodem (150ml) Banan ALERGENY:1, 7

**Dzieci mają dostęp w ciągu całego dnia do wody źródlanej z dystrybutorów.
Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec nieznacznej modyfikacji
W artykułach spożywczych stosowanych do przygotowywania posiłków
w przedszkolu mogą znajdować się „alergeny ukryte”**



w Warszawie



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 17.05.2021

Śniadanie:	Płatki orkiszowe (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) schab pieczony (25g) rzodkiewka (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Soczewicowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Zapiekanka makaronowa z mięsem wieprzowym, warzywami, serem mozzarella i sosem pomidorowym (80g) Ogórek małosolny do chrupania (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki ananasa ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Wafle (10g) budyń śmietankowy (150ml) syrop malinowy (2ml) Mięta z miodem (150ml) Mandarynka ALERGENY:1,7

WTOREK 18.05.2021

Śniadanie:	Musli (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) ser biały (25g) powidła (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Rosół z natką i makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Szyńka pieczona w sosie własnym (90g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Surówka z rzodkwi białej, cebulki czerwonej kukurydzy, natki i jogurtu naturalnego (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki pomarańczy ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka razowa (30g) masło (5g) filet z indyka (25g) sałata (15g) Rumianek z miodem (150ml) Gruszka ALERGENY:1, 7

ŚRODA 19.05.2021

Śniadanie:	Kasza owsiana (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) szynka (20g) papryka (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Kartoflanka z pomidorami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Pierogi z serem białym z musem mango (90g) Marchewka do chrupania (70g) Sok naturalny owocowy (180ml) Rodzynki suszona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (30g) masło (5g) pasta z makreli i jaj (25g) pomidor (15g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Jabłko ALERGENY:1, 3, 4, 7

CZWARTEK 20.05.2021

Śniadanie:	Płatki jogurtowe (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) przedszkolny pasztet (20g) ogórek kwaszony (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 3, 7
Obiad:	Brokułowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Duszona pierś z kurczaka w sosie z suszonych pomidorów (90g) Kasza kus kus (40g) Surówka z cukinii, ogórka, marchewki, cebuli z jogurtem naturalnym (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Przedszkolne bułeczki drożdżowe (20g) Kawa zbożowa (150ml) Banan ALERGENY:1,3, 7

PIĄTEK 21.05.2021

Śniadanie:	Makaron literki (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) polędwica sopočka (30g) cykorja (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Grycikowa z natką na wywarze mięsno-warzywnym (150ml) Pulpet z łososia w sosie koperkowym (90g) Ryż brązowy (40g) Surówka z kapusty kwaszonej, marchewki, papryki, natki z oliwą z oliwek (60g) Kompot owocowy (180ml) Winogrona ALERGENY:1,3,4,7,9
Podwieczorek	Chałka (30g) Jogurt owocowy (90g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Kiwi ALERGENY:1, 7



Dzieci mają dostęp w ciągu całego dnia do wody źródlanej z dystrybutorów. Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec nieznacznej modyfikacji. W artykułach spożywczych stosowanych do przygotowywania posiłków w przedszkolu mogą znajdować się „alergeny ukryte”



w Warszawie



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 24.05.2021

Śniadanie:	Makaron nitki (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) szynka (25g) sałata (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Zupa z białej kapusty z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Kurczak (80g) w sosie słodko-kwaśnym (papryka czerwona, marchewka, ananas, szczypior, olej sezamowy, pomidory) (80g) Ryż (40g) Surówka z selera, marchewki, jabłka z jogurtem naturalnym (70g) Kompot owocowy (180ml) Suszona morela ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (30g) masło (5g) krem bananowo-kakaowy (20g) Kawa inka z miodem (150ml) Jabłko ALERGENY:1,7

WTOREK 25.05.2021

Śniadanie:	Płatki kukurydziane (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) humus (25g) ogórek kwaszony (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Zacierkowa z natką na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Kotlet schabowy panierowany (90g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Mini marchewka gotowana na parze (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka staropolska (30g) masło (5g) polędwica sopocka (25g) papryka (20g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Żurawina suszona ALERGENY:1, 7

ŚRODA 26.05.2021

Śniadanie:	Płatki owsiane (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) kielbasa żywiecka (20g) rzodkiewka (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Brukselkowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Kluski francuskie z jabłkami prażonymi i serem białym (90g) Kalarepa do chrupania (70g) Sok naturalny owocowy (180ml) ALERGENY:1, 3, 7, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (30g) masło (5g) pasta jajeczna (25g) pomidor (15g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Winogrona ALERGENY:1,3, 7

CZWARTEK 27.05.2021

Śniadanie:	Ryż (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) filet z indyka (20g) ogórek zielony (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Żurek z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (180ml) Bitki wołowe (90g) Kasza jęczmienna (40g) Surówka z buraków, jabłka, cebuli i oliwy z oliwek (70g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki ananasa ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Rogalik maślany (20g) Kisiel owocowy (150ml) Kiwi ALERGENY:1, 7

PIĄTEK 28.05.2021

Śniadanie:	Kasza jaglana (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) szynka (30g) cykorja (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Krem cebulowy z natką i groszkiem ptysiowym na wywarze mięsno-warzywnym (150ml) Ryba po grecku (90g) Ziemniaki z koperkiem (40g) Surówka z ogórka kiszzonego, marchewki, papryki, kukurydzy z oliwą z oliwek (60g) Kompot owocowy (180ml) Cząstki pomarańczy ALERGENY:1,3,4,7,9
Podwieczorek	Zapiekana grahamka z kielbaską, serem żółtym i sosem pomidorowym (50g) Rumianek z miodem (150ml) Rodzynki suszone ALERGENY:1, 7

**Dzieci mają dostęp w ciągu całego dnia do wody źródlanej z dystrybutorów.
Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec nieznacznej modyfikacji
W artykułach spożywczych stosowanych do przygotowywania posiłków
w przedszkolu mogą znajdować się „alergeny ukryte”**



w Warszawie



Jadłospis

PONIEDZIAŁEK 31.05.2021

Śniadanie:	Płatki jęczmienne (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) filet z indyka (25g) pomidor (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Ogórkowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Gulasz wieprzowy z warzywami (90g) Kasza gryczana (40g) Surówka mix sałat, papryka, kukurydza (70g) Kompot owocowy (180ml) Pół jabłka ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (50g) jogurt naturalny (10ml) Mięta z miodem (150ml) Mandarynka ALERGENY:1,7

WTOREK 01.06.2021

Śniadanie:	Kasza manna (17g) na mleku (160ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) paszтет sojowy (25g) rzodkiewka (20g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 6, 7
Obiad:	Pieczarkowa z natką i makaronem na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Pieczone udka z kurczaka (90g) Ziemniaki z koperkiem (170g) Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i cebuli z jogurtem naturalnym (70g) Kompot owocowy (180ml) Żurawina suszona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Pączusie serowe (40g) Kakao z miodem (150ml) Banan ALERGENY:1, 7 LODY W WAFELKU 😊

ŚRODA 02.06.2021

Śniadanie:	Jogurt naturalny z mieszanką owoców suszonych i orzechów (90ml) Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (5g) szynka (20g) sałata (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7, 8
Obiad:	Fasolowa z natką i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (200ml) Makaron kokardki z serem białym i musem truskawkowym (90g) Pomidorki koktajlowe do chrupania (70g) Kompot owocowy (180ml) Winogrona ALERGENY:1, 7, 9
Podwieczorek	Bułka owsiana (30g) masło (5g) pasta wędlinowo-jajeczna (25g) ogórek małosolny (20g) Herbata owocowa z miodem (150ml) Cząstki ananasa ALERGENY:1,3, 7

CZWARTEK 03.06.2021

Śniadanie:	DZIEŃ WOLNY
Obiad:	DZIEŃ WOLNY
Podwieczorek	DZIEŃ WOLNY

PIĄTEK 04.06.2021

Śniadanie:	Pieczywo (pszenne, razowe) (40g) masło (2g) kielbasa żywiecka (30g) papryka (15g) Herbata z cytryną i miodem (160ml) ALERGENY:1, 7
Obiad:	Krupnik z natką na wywarze mięsno-warzywnym (150ml) Paluszki rybne (60g) Ziemniaki z koperkiem (40g) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek (60g) Kompot owocowy (180ml) Suszona morela ALERGENY:1,4,7,9
Podwieczorek	Bułka pszenna (20g) masło (5g) miód (50g) Mleko z miodem (150ml) Cząstki melona ALERGENY:1, 7

Dzieci mają dostęp w ciągu całego dnia do wody źródlanej z dystrybutorów.
Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec nieznacznej modyfikacji
W artykułach spożywczych stosowanych do przygotowywania posiłków w przedszkolu mogą znajdować się „alergeny ukryte”



Przedszkole 18
w Warszawie

