

Jadłospis dekadowy **na 10 dni** dla Przedszkola Integracyjnego nr 247 (ok 80 dzieci, wiek 3-6 lat, 3 posiłki dziennie, stawka 16 zł).

Gramatury podano **na 1 dziecko**.

Dzień	Śniadanie	Alergeny	Obiad	Alergeny	Podwieczorek	Alergeny
21/09/2026	Pieczywo mieszane 60 g, masło 5 g (0,4 kg), twarożek ze szczypiorkiem 20 g, szynka drobiowa 20 g, pomidor 20 g, ogórek 20 g, jabłko 20g, herbata 100 ml, mleko 150g, płatki kukurydziane 20g, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Zupa pomidorowa z ryżem na włoszczyźnie 250 ml, koper, klopsiki z Indyka 80 g, kasza jęczmienna 150 g, sos pomidorowy 20g, surówka z kapusty pekińskiej 80 g, kompot wieloowocowy 200 ml , woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja seler,	Jogurt naturalny 150 g, owoce w cząstkach 20g, (winogrona, śliwki), orzechy.	Mleko i produkty mleczne, Orzechy.
22/09/2026	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, ser żółty 20 g, pasta jajeczna 20 g, papryka 20 g, ogórek 20 g, arbuz 20g, herbata 100ml, mleko 100 g, woda.	Gluten, mleko i jego produkty, jaja	Krupnik na włoszczyźnie 250 ml, natka, Spaghetti z sosem bolońskim z dodatkiem soczewicy 300 g, ogórek kiszony 20g, lemoniada z miodem , woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja seler, miód.	Grahamka 100g z twarożkiem 20 g, Woda.	Gluten, Mleko i jego przetwory
23/09/2026	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, szynka wiejska 20 g, twarożek śmietankowy 20 g, pomidor 20 g, rzodkiewka 20 g, śliwki 20g, herbata 100ml, mleko 100g, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Grochówka na włoszczyźnie 250 ml, koper, Tofu z kukurydzą i ananasem, ryż 120g, surówka z marchwi i jabłka 80g, mięta 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja, seler,	Kisiel jabłkowy 150 ml, chrupki kukurydziane 20 g, banan 20g,	x
24/09/2026	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, kiełbasa żywiecka 20 g, pasta ze szprotek 20 g, marchewka 20 g, ogórek 20 g, sałata 10g, herbata 100ml, mleko 100ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, ryba, jaja,	Rosół na kurczaku zagrodowym 200 ml, makaron 50g natka, potrawka z kurczaka 150 g, ziemniaki 120 g, brokuły na parze 80g, sok pomarańczowy 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, seler, jaja,	Kasza jaglana z musem z truskawek 200 ml	Mleko i jego przetwory
25/09/2026	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, pasta z soczewicy 20 g, ser żółty 20 g, papryka 20 g, pomidor 20 g, melon 20g, herbata 200ml, mleko 100ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Zupa z zielonego groszku 250 ml, koper, Ryba Miruna smażona 80 g, ryż 120 g, surówka z kiszonej kapusty 80 g, Kompot wieloowocowy 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, ryba, jaja,	Budyń śmietankowy 150 g, waffle kukurydziane 20g, orzechy.	Mleko i product mleczne, orzechy.

Codziennie: JABŁKA dostępne w ciągu dnia, zupy na wywarach z warzyw oprócz rosółu, woda dostępna do każdego posiłku. Pieczywo mieszane- chleby: Pszenno -żytni białe, Graham z siemieniem, słonecznikiem, pyłkowy z żurawiną, razowy z dynią. Jadłospis opracowany zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 16 lutego 2026r.

Jadłospis dekadowy **na 10 dni** dla Przedszkola Integracyjnego nr 247 (ok 80 dzieci, wiek 3-6 lat, 3 posiłki dziennie, stawka 16 zł).

Gramatury podano **na 1 dziecko**.

28/09/2026	Pieczyno mieszane 60g, masło 5g, szynka wiejska, 20 g, twarożek ze szczypiorkiem 20 g, ogórek 20 g, rzodkiewka 20 g, arbuz 20g, herbata 100ml, mleko 100ml, płatki owsiane 20g, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Krem brokuowy na włoszczyźnie 250 ml, natka, nasiona dyni 5g. Naleśniki 150g, twarożek biały 80g, dżem bez dod. cukru 20g, melisa 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja,	Smufii bananowe na mleku kokosowym i jogurcie naturalnym 150 g,	Mleko i jego produkty,
29/09/2026	Pieczyno mieszane 60g, masło 5g, serek śmietankowy 20 g, Kiełbasa krakowska 20 g, papryka 20 g, pomidor 20 g, jabłko 20g, herbata 100ml, kakao 100ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, kakao,	Zupa Fasolowa na włoszczyźnie 250 ml, koper, kotlety schabowe 80 g, ziemniaki 120 g, surówka z czerwonej kapust 80 g, kompot wieloowocowy 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja,	Wafle ryżowe 20g, twarożek 100 g.	Gluten, Mleko i jego produkty,
30/09/2026	Pieczyno mieszane 60g, masło 5g, jajko 20 g, majonez 5g, pasta z Tuńczyka 20 g, pomidor 20 g, szczypiorek 10 g, winogrona 20g, herbata 100ml, mleko 100ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja, ryba,	Zupa ogórkowa 250 ml na włoszczyźnie, natka, Potrawka warzywna z cieciorą 300g, kalarepka 20g, lemoniada 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Pieczyno chrupkie pełnoziarniste 20 g, masło 5g, powidła śliwkowe 20g, mleko 100ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,
01/10/2026	Pieczyno mieszane 60g, masło 5g, pasta z fasoli 20 g, szynka drobiowa 20 g, ogórek 20 g, rzodkiewka 20g, melon 20g, herbata 100ml, mleko 100ml, woda,	Gluten, Mleko i jego produkty,	Zupa z czerwonej soczewicy na włoszczyźnie 250 ml, pierś z indyka pieczona 80 g, ziemniaki 150 g, mizeria 80 g, lemoniada z cytryną i miodem 200ml.	Gluten, Mleko i jego produkty, miód	Ciasto marchewkowe 80 g, kawa Inka 200ml.	Gluten, Mleko i jego produkty,
02/10/2026	Pieczyno mieszane 60g, masło 5g, ser żółty 20 g, polędwica sopocka 20g, papryka 20 g, sałata 10 g, jabłko 20g, herbata 100ml, mleko 100ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Zupa pieczarkowa na włoszczyźnie 250 ml, Ryba Miruna – pulpety na parze 80 g, ryż 120 g, surówka z marchewki 80 g, Kompot wieloowocowy 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja, ryba	Salatka owocowa 100g, jogurt naturalny 100g.	,Mleko i jego produkty,

Codziennie: JABŁKA dostępne w ciągu dnia, zupy na wywarach z warzyw oprócz rosółu, woda dostępna do każdego posiłku. Pieczyno mieszane- chleby: Pszenno -żytni białe, Graham z siemieniem, słonecznikiem, pyłowy z żurawiną, razowy z dynią. Jadłospis opracowany zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 16 lutego 2026r.