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
19/10/2026 poniedziałek	Pieczywo mieszane 60 g, masło 5 g, ser mozzarella w plastrach 20 g, kiełbasa żywiecka 20 g, pomidor 20 g, ogórek świeży20 g, jabłko 20g, herbata z cytryną 100 ml, płatki owsiane na mleku 150g, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Zupa krem z brokułów na włoszczyźnie 250 ml, koper, nasiona słonecznika. Gulasz z szynki wieprzowej z pieczarkami 150g, Kasza gryczana 120g, buraczki zasmażane 20g, kompot wieloowocowy 200 ml , woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja seler,	Pieczywo razowe – chrupkie, masło, powidła śliwkowe, jabłko 20g, Kawa Inka.	Mleko i produkty mleczne,
20/10/2026 wtorek	Pieczywo mieszane 60g, masło5g, ser żółty 20 g, schab pieczony 20 g, kiełki 20 g, papryka 20 g, arbuz 20g, herbata owocowa 100ml, mleko 100 g, woda.	Gluten, mleko i jego produkty, jaja	Zupa fasolowa na włoszczyźnie 250 ml, natka, Kluski śląskie 150g z pesto z bazylii i szpinaku z dodatkiem20g, surówka z marchwi i jabłka 50g, lemoniada z miodem i cytryną w plastrach, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja seler, miód.	Nasiona Czia 20g, mus truskawkowy na jogurcie 70g, marchew w słupkach.	Gluten, Mleko I jego przetwory
21/10/2026 środa	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, pasta z marchewki 20 g, twarożek ze szczypiorkiem 20 g, sałata 20 g, rzodkiewka 20 g, śliwki 20g, herbata z cytryną 100ml, mleko owsiane 100g, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Zupa krupnik na włoszczyźnie z kaszą jęczmienną 250 ml, koper, Kotlety schabowe 80g, ziemniaki120g, mizeria 80g, mięta 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja, seler,	Budyń śmietankowy, Melon, orzechy – mieszanka.	Gluten, Mleko I jego przetwory, orzechy
22/10/2026 czwartek	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, pasta jajeczna 20 g, pierś z Indyka pieczona 20g, jabłko 20 g, papryka 10 g, sałata 5 g, 10g, herbata owocowa 100ml, kakao, 100ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, sezam, jaja,	Zupa ogórkowa na włoszczyźnie 250 ml, koper, Pulpety z ryby - Miruna na parze 80 g, ryż 120 g, sos koperkowy 2g, surówka z kiszonej kapusty z marchewką 80 g, Kompot wieloowocowy 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, seler, jaja,	Skufii bananowe na jogurcie naturalnym, Chrupki kukurydziane.	Mleko I jego przetwory

Codziennie: JABŁKA dostępne w ciągu dnia, zupy na wywarach z warzyw oprócz rosołu, woda dostępna do każdego posiłku. Pieczywo mieszane- chleby: Pszenno -żytni biały, Graham z siemieniem, słonecznikiem, pytlowy 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**.

23/10/2026 piątek	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, pasta ze szprotek z jajkiem 20 g, serek śmietankowy 20 g, ogórek świeży 20 g, pomidor 20 g, marchewka w słupkach 10g, herbata cytrynowa 200ml, płatki ryżowe na mleku 150ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Zupa Dyniowa -Krem na włoszczyźnie 250ml, nasiona dyni – posypka, natka. Potrawka z boczniaka i czerwonej fasoli 100g, kasza pęczak 120g, ogórek kiszony w słupkach 50g, Kompot wieloowocowy 200 ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Ciasto z jabłkiem 80g, Kawa Inka 150ml.	Mleko i product mleczne, gluten.
26/10/2026 poniedziałek	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, Kiełbasa krakowska 20 g, twarożek ze szczypiorkiem 20 g, ogórek kiszony20 g, rzodkiewka 20 g, śliwki 20g, herbata owocowa 100ml, mleko 100ml, 20g, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Krem z kalafiora na włoszczyźnie 250 ml, natka, nasiona słonecznika 5g. Kluski leniwe 150g, polewa z bułki tartej z małym dodatkiem cukru, surówka z marchwi i jabłka 80g, mięta 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja,	Koktajl z mango na jogurcie naturalnym 150g, pieczywo razowe – chrupkie.	Mleko i jego produkty,
27/10/2026 wtorek	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, Posypka Gomasjo z ziaren prażonych (siemię, sezam, słonecznik) 10 g, pasta z soczewicy 20 g, papryka 20 g, ogórek świeży 20 g, jabłko 20g, herbata z cytryną 100ml, kakao 100ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, sezam, kakao,	Rosół na kurczaku zagrodowym, makaron, koperek, Potrawka z kurczaka 150g, ziemniaki 120 g, Fasolka szparagowa na parze 80 g, kompot wieloowocowy 200ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja,	Zapiekanka z Grahamki 50g, masło 5g, ser żółty 20 g, ketchup, kalarepka w cząstkach 10g, melisa, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,
28/10/2026 środa	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, szynka wiejska, pasta z jajeczna 20 g, pomidor 20 g, kiełki 2 g, winogrona 20g, herbata owocowa 100ml, płatki kukurydziane na mleku 120ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty, jaja,	Zupa pieczarkowa 200 ml na włoszczyźnie, natka, Wegańskie zielone curry z warzywami 170g (brokuły, ciecierzyca, mleko kokosowe), kasza barglu 120 g, ogórek kiszony 20g, sok jabłkowy 200ml, woda.	Mleko i jego produkty,	Chleb pytlowy z żurawiną 30g, powidła śliwkowe 5g, kawa Inka, woda, seler naciowy w słupkach.	Gluten, Mleko i jego produkty,

Codziennie: JABŁKA dostępne w ciągu dnia, zupy na wywarach z warzyw oprócz rosołu, woda dostępna do każdego posiłku. Pieczywo mieszane- chleby: Pszenno -żytni biały, Graham z siemieniem, słonecznikiem, pytlowy 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**.

29/10/2026 czwartek	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, pasta z tuńczyka 20 g, serek śmietankowy 20 g, ogórek kiszony 20 g, rzodkiewka20g, śliwki 20g, herbata z cytryną 100ml, mleko owsiane 100ml, woda,	Gluten, Mleko i jego produkty, jajko,	Zupa krupnik z kaszy jaglanej na włoszczyźnie 200 ml, koperek, Pierś z Indyka pieczona w sosie własnym 80g, kasza jęczmienna 120g, buraczki 80g, Lemoniada z plastrami pomarańczy.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Jogurt naturalny, Owoce w cząstkach, Talarki kukurydziane.	Gluten, Mleko i jego produkty, kakao.
30/10/2026 piątek	Pieczywo mieszane 60g, masło 5g, ser żółty 20 g, kiełbasa żywiecka 20g, papryka 20 g, sałata rzymska 10 g, kalarepka w słupkach 10g, herbata owocowa 100ml, płatki owsiane na mleku 150ml, woda.	Gluten, Mleko i jego produkty,	Zupa barszcz czerwony na włoszczyźnie 200ml, natka. Ryba Miruna 80g – filet pieczony, zioła, ryż 120g, sos śmietanowo cytrynowy 10g, surówka z kiszonej kapusty i marchewki 80 g, Kompot wieloowocowy 200ml, woda.	Ryba, Mleko i jego produkty,	Budyń śmietankowy 150g, jabłko 20g, Orzechy – mieszanka 10g.	Mleko i jego produkty, orzechy.

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