

 01.09.2025

Poniedziałek

Śniadanie

Herbata owocowa 200 g

Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny

Chleb pszenny 25 g

Składniki: mąka pszenna, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Chleb razowy 25 g

Składniki: mąka pszenna, mąka pszenna razowa, woda, drożdże, sól

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Ser żółty 20 g

Składniki: mleko, sól, kultury bakterii

Dżem śliwkowy, niskosłodzony 20 g

Składniki: śliwka, cukier, woda, substancja żelująca - pektyny, regulator kwasowości - kwas cytrynowy

Rzodkiewka 15 g

Owoc sezonowy 100 g

Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml

Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)

 02.09.2025

Wtorek

Śniadanie

Herbata owocowa 200 g

Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny

Chleb jasny 25 g

Składniki: mąka pszenna, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Chleb pszenny graham 25 g

Składniki: mąka pszenna pełnoziarnista, mąka pszenna, woda, sól, drożdże

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Szynka wieprzowa 20 g

Składniki: mięso wieprzowe, sól, białko pszenne, glukoza, cukier, ekstrakty drożdży i przyprawy, aromat. produkt może zawierać soja, seler, gorczycę

Serek tosca z koperkiem 20 g

Składniki: ser biały, mleko, sól, pieprz, koperek

Ogórek 20 g

Owoc sezonowy 100 g

Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml

Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)

 03.09.2025

Środa

Śniadanie

Kakao z mlekiem 200 ml

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Chleb jasny 25 g

Składniki: mąka pszenna, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Chleb wieloziarnisty 25 g

Składniki: mąka razowa pszenna, razowe płatki owsiane, razowa mąka pszenna, razowa mąka owsiana, razowa mąka jęczmienna, słonecznik, siemię lniane, sezam, drożdże, sól, ekstrakt siodu jęczmiennego, lecytyna słonecznikowa

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Pasta jajeczna z porem i

majonezem 20 g

Składniki: jaja kurze całe, por, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0%))

Paszтет drobiowo - wieprzowy

zapiekany 20 g

Składniki: mięso wieprzowe, mięso drobiowe, wątroba wieprzowa, białko pszenne, marchew, seler, cebula, pietruszka, pieprz, gałka muszkatołowa, lubczyk, sól, może zawierać soja, gorczyca

Biała rzodkiew 15 g

Salata 5 g

Owoc sezonowy 100 g

Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml

Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

 04.09.2025

Czwartek

Śniadanie

Herbata owocowa 200 g

Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny

Chleb pszenno-żytni 50 g

Składniki: mąka pszenna- gluten, mąka żytnia- gluten, woda, sól drożdże

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Schab pieczony 20 g

Składniki: schab wieprzowy, sól, przyprawy, produkt może zawierać gluten, soja, seler, gorczycę

Ser żółty 20 g

Składniki: mleko, sól, kultury bakterii

Papryka czerwona 20 g

Owoc sezonowy 100 g

Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml

Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)

 05.09.2025

Piątek

Śniadanie

Herbata owocowa 200 g

Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny

Kajzerka 50 g

Składniki: mąka pszenna- gluten, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier

Masło ekstra (z mleka) 10 g

Twarożek ze szczypiorkiem 20 g

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), mleko krowie, 3,2% tłuszczu, szczypiorek

Humus 20 g

Składniki: ciecierzycza nasiona suche, oliwa, sezam

Pomidor 20 g

Salata 5 g

Owoc sezonowy 100 g

Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml

Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)



Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami zabielaną na wywarze warzywnym z natką pietruszki 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony naturalnie (ogórki gruntowe, koper, czosnek, **gorczyca**, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, cukier trzcinowy), marchew, cebula, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z mąki durum z sosem bolognese z mięsem wieprzowym i soczewicą czerwoną 220 g

Składniki: makaron z mąki durum (mąka z **pszenicy** durum, **jaja**), mięso mielone wieprzowe z szynki (mięso wieprzowe z szynki, sól), soczewica czerwona, nasiona suche, koncentrat pomidorowy, 30%, oliwa, mąka **pszenna**, typ 450

Mix sałat z zielonym groszkiem, marchewką z oliwą 40 g

Składniki: sałata lodowa, kapusta pekińska, marchew, groszek zielony, konserwowy, bez zalewy (groszek zielony, woda, sól), rukola

Kompot truskawka- porzeczka 200 ml

Składniki: woda, truskawka, porzeczka

Podwieczorek

Serek waniliowy 100 g

Składniki: serek biały (**mleko**, żywe kultury bakterii, serwatka z **mleka**), ekstrakt waniliowy

Obiad

Domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem nitki z mąki durum z lubczykiem 250 g

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, makaron z mąki durum (mąka z **pszenicy** durum, **jaja**), **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Udko z kurczaka pieczone w ziołach 70 g

Składniki: udo z kurczaka, olej rzepakowy, bazylia suszona, tymianek, rozmaryn suszony

Ziemniaki z koperkiem 130 g

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Colesław z białej kapusty z sosem majonezowym 80 g

Składniki: kapusta biała, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), marchew, natka pietruszki, chrzan, pieprz

Kompot truskawka śliwka 200 ml

Składniki: woda, truskawki, mrożone, śliwki

Podwieczorek

Koktajl brzoskwiniowo-truskawkowy na jogurcie naturalnym 130 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), brzoskwinia, truskawki, mrożone

Paluch kukurydziany 5 g

Składniki: mąka kukurydziana, grys kukurydziany, woda

Obiad

Zupa krem z pieczonej dyni z ciecierzycą, mlekiem kokosowym z dodatkiem ziemniaków na wywarze warzywnym posypana pestkami dyni 250 ml

Składniki: woda, dynia, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, ciecierzycza, nasiona suche, por, mleczko kokosowe (ekstrakt z mleczka kokosowego 80%, woda), dynia, pestki, łuskane, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpeciki wieprzowo-wołowe z dodatkiem soi 70 g

Składniki: mięso mielone wieprzowo- wołowe (mięso wieprzowe 55%, mięso wołowe 45%), cebula, bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana, czosnek, białko **sojowe**, błonnik **sojowy**, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Sos koperkowy 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, woda, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), cebula, koperek, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz

Kasza jęczmienna, pęczak 100 g

Buraczki z natką i oliwą 80 g

Składniki: burak, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Kompot truskawka - agrest 200 ml

Składniki: woda, truskawka, agrest

Podwieczorek

Pieczywo chrupkie 10 g

Składniki: mąka z **pszenicy** , otręby z **żyta** , olej rzepakowy, sól morsa, węglan amonu, lecytyna ze słonecznika

Serek ziołowy 50 g

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), zioła prowansalskie

Obiad

Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem i natką pietruszki 250 ml

Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, ryż biały, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kluski leniwe z serem 180 g

Składniki: ziemniaki 43%, ser twarogowy 33%, skrobia ziemniaczana, mąka **pszenna**, pasteryzowane **jaja** płynne

Polewa jogurtowo-truskawkowa 50 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), truskawki, mrożone

Marchewka z orzechami 40 g

Składniki: marchew, **orzechy arachidowe**

Kompot truskawka-porzeczka 200 ml

Składniki: woda, jabłko, porzeczka

Podwieczorek

Ciasto z agrestem z Torcikowej Chatki - wyrób domowy 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, agrest, **jaja** kurze całe, **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu, proszek do pieczenia (substancje spulchniające (węglany sodu), mąka **pszenna**)

Obiad

Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki na wywarze warzywnym 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, kasza **jęczmienna**, perlowa, cebula, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryba Mintaj panierowany w bułce tartej 70 g

Składniki: **mintaj** świeży (**ryba**), bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

Ziemniaki z koperkiem 130 g

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, natką pietruszki z oliwą 80 g

Składniki: kapusta pekińska, papryka czerwona, natka pietruszki, oliwa

Kompot truskawka - agrest 200 ml

Składniki: woda, truskawka, agrest

Podwieczorek

Ciasteczka owsiane. z wiórkami kokosowymi 30 g

Składniki: płatki owsiane. bezglutenowe, wiórki kokosowe, olej rzepakowy, cukier trzcinowy, siemię lniane, sól himalajska. może zawierać **orzechy ziemne**, **sezam**, **orzechy**

Intendent pro	Jadłospis Brucknera Przedszkole 43:			Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie .			
	📅 08.09.2025	Poniedziałek	📅 09.09.2025	Wtorek	📅 10.09.2025	Środa	
	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	
	Herbata owocowa 200 g Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny	Herbata owocowa 200 ml Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień)	Herbata owocowa 200 g Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny	Herbata owocowa 200 g Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny	Kakao z mlekiem 200 ml Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier	Herbata owocowa 200 g Składniki: owoc maliny, kwiat hibiskusa, skórka cytryny, naturalny aromat, liść jeżyny	
Chleb jasny 25 g Składniki: mąka pszenna , woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier		Chleb jasny 25 g Składniki: mąka pszenna , woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier		Chleb jasny 25 g Składniki: mąka pszenna , woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier		Chleb pszenno-żytni 50 g Składniki: mąka pszenna-gluten , mąka żytnia- gluten , woda, sól drożdże	
Chleb razowy 25 g Składniki: mąka pszenna , mąka pszenna razowa, woda, drożdże, sól		Chleb pszenny graham 25 g Składniki: mąka pszenna pełnoziarnista, mąka pszenna , woda, sól, drożdże		Chleb wieloziarnisty 25 g Składniki: mąka razowa pszenna , razowe płatki owsiane , razowa mąka pszenna , razowa mąka owsiana , razowa mąka jęczmienna , słonecznik, siemię lniane, sezam , drożdże, sól, ekstrakt słoðu jęczmiennego, lecytyna słonecznikowa		Masło ekstra (z mleka) 10 g Szynka wieprzowa 20 g Składniki: mięso wieprzowe, sól, białko pszenne , glukoza, cukier, ekstrakty drożdży i przyprawy, aromat. produkt może zawierać soja, seler, gorczycę	
Masło ekstra (z mleka) 10 g		Masło ekstra (z mleka) 10 g		Masło ekstra (z mleka) 10 g		Masło ekstra (z mleka) 10 g	
Szynka z indyka 20 g Składniki: mięso z indyka, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, czosnek suszony, pieprz czarny, pieprz zielony, papryka suszona, pietruszka suszona, majeranek, może zawierać soja, seler, gorczyca		Polędwica Drobiowa. 20 g Składniki: mięso z piersi kurczaka, sól, białko pszenne , glukoza, cukier, ekstrakty drożdży i przyprawy, aromat. produkt może zawierać soja, seler, gorczyca		Masło ekstra (z mleka) 10 g		Ser żółty 20 g Składniki: mleko , sól, kultury bakterii	
Masło orzechowe 100% 20 g Składniki: orzechy arachidowe 100% (orzechy ziemne)		Pasta z jaja i tuńczyka z majonezem i koperkiem 20 g Składniki: jaja kurze całe, tuńczyk w sosie własnym (ryba), majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca , cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0%)), koperek, sól biała, pieprz		Pasta z soczewicy, oliwą i nasionami słonecznika 20 g Składniki: soczewica czerwona, nasiona suche, słonecznik, nasiona, oliwa		Pomidor 20 g	
Ogórek kiszony naturalnie 20 g Składniki: ogórki gruntowe, koper, czosnek, gorczyca , ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, cukier trzcinowy		Rzodkiewka 15 g		Salata 5 g		Owoc sezonowy 100 g	
Owoc sezonowy 100 g		Owoc sezonowy 100 g		Owoc sezonowy 100 g		Owoc sezonowy 100 g	
Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)		Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)		Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)		Sok jabłkowo- wiśniowy 100% 150 ml Składniki: sok jabłkowo (80%)- wiśniowy (20%)	
Obiad		Obiad		Obiad		Obiad	
Zupa brokułowa zabiелana z ziemniakami z koperkiem na wywarze warzywnym 250 ml Składniki: woda, ziemniaki, brokuły, marchew, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), koperek, pietruszka, korzeń, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie		Zupa grochowa z kielbaską wieprzową z ziemniakami, natką pietruszki i majerankiem 250 ml Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kielbaska wieprzowa (mięso wieprzowe, woda, przyprawy, sól spożywcza (może zawierać pszenica, soja, seler, gorczyca)), groch, nasiona suche, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek		Zupa z białych warzyw zabiелany (kalafior, seler, ciecierzycа, pietruszka) z koperkiem na wywarze warzywnym posypany grzankami pszennymi 250 ml Składniki: woda, cebula, kalafior, marchew, pietruszka, korzeń, grzanki (mąka pszenna- gluten , woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier), ciecierzycа, nasiona suche, śmietana 18% (z mleka), seler korzeniowy, liść laurowy, ziele angielskie, koperek, pieprz, sól biała		Zupa neapolitańska z makaronem, serem mozzarella, natką pietruszki na wywarze warzywnym 250 ml Składniki: woda, makaron pszenny dwujajeczny (mąka z pszenicy, jaja), marchew, ser mozzarella (mleko , sól, podpuszczka, bakterie kwasu mlekowego), cebula, pietruszka, korzeń, natka pietruszki, por, seler korzeniowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie	
Butter chicken w sosie pomidorowo-maślانym z mlekiem kokosowym i kalafiorem 120 g Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, kalafior, mrożony, papryka czerwona, mrożona, mleczko kokosowe (ekstrakt z mleczka kokosowego 80%, woda), koncentrat pomidorowy, 30%, masło ekstra (z mleka), mąka pszenna , typ 450, sól biała		Pampuchy z truskawką z mąki pszennej 120 g Składniki: mąka pszenna , woda, truskawki 12%, pasteryzowane jaja płynne, cukier, drożdże, olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), skrobia modyfikowana, sól, gluten pszenny		Kotlet schabowy panierowany klasycznie w bułce tartej 70 g Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy, jaja kurze całe, bułka tarta (mąka pszenna , sól, drożdże), sól biała, pieprz		Kurczak w kawałkach w sosie śmietanowo-ziolowym zagęszczony mąką pszenną 120 g Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, woda, śmietana 12% (z mleka), ziola prowansalskie, mąka pszenna , typ 450, sól biała, pieprz	
Kasza bulgur (pszenica) 100 g		Polewa brzoskwiniowa na maślance 50 g Składniki: maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu (z mleka), brzoskwinia		Ziemniaki z koperkiem 130 g Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała		Ryż paraboliczny 100 g	
Surówka z kapusty czerwonej, jabłkiem i jogurtem 80 g Składniki: kapusta czerwona, jabłko, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii)		Salatka owocowa ananas, gruszka, jabłko z sokiem z cytryny 40 g Składniki: ananas, gruszka, jabłko, sok cytrynowy 100%		Mizeria z jogurtem naturalnym i szczypiorkiem 80 g Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii), szczypiorek		Fasolka szparagowa z cebulką i sosem musztardowym na zimno 40 g Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, cebula, musztarda (gorczyca), oliwa	
Kompot truskawka-porzeczka 200 ml Składniki: woda, jabłko, porzeczka		Kompot truskawka śliwka 200 ml Składniki: woda, truskawki, mrożone, śliwki		Kompot truskawka - agrest 200 ml Składniki: woda, truskawka, agrest		Kompot truskawka- porzeczka 200 ml Składniki: woda, truskawka, porzeczka	



Podwieczorek

Brioszka pszenna z twarogiem 50 g

Składniki: mąka **pszenna***, woda, cukier, twaróg [ser twarogowy chudy (cukier, sól, regulator kwasowości: kwasek cytrynowy, barwnik: karoteny, aromat waniliowy)], tłuszcz roślinny (margaryna), drożdże, **jaja** kurze*, sól

Podwieczorek

Pieczywo pszenne/weka 50 g

Składniki: mąka **pszenna: gluten**, woda, olej rzepakowy, drożdże, sól, cukier,

Pasta pomidorowo-czosnkowa z

bazylią 20 g

Składniki: pomidory w puszcze całe, oliwa, czosnek, bazylia suszona

Podwieczorek

Koktajl mango lassi z bananem i

sokiem pomarańczowym 150 g

Składniki: sok pomarańczowy 100%, banan, mango

Biszkopty 5 g

Składniki: mąka **pszenna**, cukier, pasteryzowana masa jajowa, woda, skrobia ziemniaczana, skrobia **pszenna**, **mleko**, glukoza, substancje spulchniające: węglany sodu, sól, barwnik: karoteny

Podwieczorek

Chałki pszenne 50 g

Składniki: mąka **pszenna**, **jaja**, cukier, drożdże, woda, sól

Powidła śliwkowe. 20 g

Składniki: śliwki, kwas askorbinowy

Podwieczorek

Jogurt owocowy 100 g

Składniki: brzoskwinia marakuja- **mleko** pasteryzowane, cukier, brzoskwinia, marakuja, naturalny aromat, barwnik karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych. truskawka- **mleko** pasteryzowane, cukier, truskawki, naturalny aromat, koncentraty: z marchwi i soku z buraka, zagęszczony sok cytrynowy, żywe kultury bakterii jogurtowych. jagoda - **mleko** pasteryzowane, cukier, jagody, koncentraty: z marchwi, aronii i winogron, naturalny aromat, zagęszczony sok cytrynowy, żywe kultury bakterii jogurtowych. wanilia - **mleko** pasteryzowane, cukier, naturalny aromat waniliowy, zagęszczony sok z cytryny, pokruszona laska wanilii, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych