

J a d ł o s p i s

Gminne Przedszkole w Cedzynie

PONIEDZIAEK: 15. 09. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, sałata masłowa, ser żółty, pomidor, szczypiorek. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa z aronią.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami. Potrawka z kurczaka. Makaron. Surówka z ogórka i awokado. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: kasza jaglana z musem jogurtowo - truskawkowym. Herbata owocowa z aronią.

WTOREK: 16. 09. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: makaron nitki na mleku. Kanapka: chleb pszenno żytni, masło, pasta z białego sera, papryka czerwona, koperek, ogórek zielony. Herbata owocowa z aronią.

II Śniadanie: Gruszka.

Obiad: Zupa żurek na kielbasie z jajkiem. Klopsiki wieprzowe w sosie koperkowym. Kasza kuskus. Surówka: ogórki kiszone. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: kisiel malinowy z żurawiną. Wafle ryżowe naturalne. Herbata owocowa z aronią.

ŚRODA: 17. 09. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno - żytni, masło, sałata, kielbasa krakowska, pomidor, papryka czerwona. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa dzika róża.

II Śniadanie: Banan.

Obiad: Zupa botwinka z jajkiem na kurczaku. Schab pieczony w sosie warzywnym. Ryż biały. Surówka z marchwi i jabłka. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Koktajl: kefir naturalny z truskawkami. Chrupki kukurydziane. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

CZWARTEK: 18. 09. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: płatki owsiane z siemieniem lnianym na mleku. Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, sałata, szynka, ogórek zielony, papryka. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami. Kotlet mielony. Ziemniaki z koperkiem. Surówka buraki na ciepło. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: budyń śmietankowy z malinami. Wafitki zbożowo - ryżowe. Herbata owocowa malinowa.

PIĄTEK: 19. 09. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno - żytni, masło, sałata, ser żółty, ogórek zielony, pomidor cherry. Kakao na mleku. Herbata owocowa dzika róża.

II Śniadanie: Banan.

Obiad: Zupa ziemniaczana z brukselką. Filet z miruny panierowany. Ziemniaki z koperkiem. Surówka z ogórka kiszzonego marchwi i jabłka. Kompot z owoców mieszanych

Podwieczorek: Deser: makaron z musem jogurtowym, czarna jagoda. Herbata owocowa dzika róża.

Na życzenie dzieci **herbatka** do picia dostępna jest cały dzień.
Z przyczyn od nas niezależnych jadłospis może ulec zmianie.

J a d ł o s p i s

Gminne Przedszkole w Cedzynie

PONIEDZIAEK: 15. 09. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 8g, żółty ser 14g składniki: **mleko** pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna, pomidor 50g, szczypiorek 3g. Kawa zbożowa 3g składniki: zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Herbata owocowa z aronią 150 ml składniki: aronia 60%, hibiskus 30%, dzika róża 5%, jabłko 5%.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami na indyku 200ml składniki: ziemniaki 22%, woda wodociągowa 25%, mięso udziec z indyka 22%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 7%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), fasola szparagowa 20%, śmietana 18% 2% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 składniki: mąka **pszenna**, pieprz czarny mielony, pietruszka liście 1%, liść laurowy, papryka czerwona mielona ostra i słodka, ziele angielskie. Potrawka z kurczaka 120g składniki: mięso z udka kurczaka 73%, włoszczyzna mrożona 4 składnikowa 20% składniki; warzywa mrożone 100% w różnych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), mąka tortowa typ 450 3% składniki: mąka **pszenna**, śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** żywe kultury bakterii fermentacji **mlekowej**, pietruszka liście, pieprz czarny mielony. Makaron bezjajeczny 40g składniki: mąka makaronowa **pszenna**. Surówka ogórki kiszane 50g składniki: ogórek zalewa naturalna, sól, koper, liść laurowy. Kompot z owoców mieszanych 150ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka 5%, agrest składniki w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: Kasza jaglana 30g składniki: 100% kasza **jaglana**, jogurt naturalny 50g składniki: **mleko** pasteryzowane **mleko** w proszku odtłuszczone, białka **mleka**, kultury bakterii jogurtowych, truskawki 35g składniki: truskawki mrożone. Herbata owocowa z aronią 150 ml składniki: aronia 60%, hibiskus 30%, dzika róża 5%, jabłko 5%.

WTOREK: 16. 09. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: makaron nitki 12g składniki: semolina mąka z **pszenicy** durum, mąka z **pszenicy** zwyczajnej, pełnoziarnista masa **jajowa** 13% (odpowiednio proporcje 3 jaja na kg mąki), przyprawa kurkuma, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Kanapka: chleb pszenno – żytni 30g składniki: (mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, ser biały półtłusty 20g składniki: **mleko** pasteryzowane, kultury bakterii **mlekowych**, papryka czerwona 30g, ogórek zielony 30g, koperek 3g. Herbata owocowa z aronią 150 ml składniki: aronia 60%, hibiskus 30%, dzika róża 5%, jabłko 5%.

II Śniadanie: Gruszka 60g.

Obiad: Zupa żurek na kielbasie z jajkiem 200ml składniki: woda wodociągowa 56%, ziemniaki 25%, kielbasa 16% składniki: mięso wieprzowe sól przyprawy, barszcz biały 10% woda mąka **żytnia**, czosnek, jaja kurze całe 6% składniki: **jaja**, seler korzeniowy 3% składniki **seler**, marchew 2%, por 1%, pietruszka korzeń 3%, czosnek, **śmietana** 18% 3% składniki: **śmietanka** żywe kultury bakterii fermentacji **mlekowej**, liść laurowy, majeranek suszony, pieprz czarny mielony, ziele angielskie. Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 150g klopsiki 100g składniki: mięso z piersi kurczaka bez skóry 87%, cebula 4%, bułka pszenna 50g 4% składniki: mąka **pszenna** woda drożdże sól, cukier, jaja kurze 4% składniki: **jaja**, sos koperkowy 50g składniki: woda wodociągowa 83%, koper ogrodowy 8%, śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** żywe kultury bakterii fermentacji **mlekowej**, mąka tortowa Typ 450 5% składniki: mąka **pszenna**, pieprz czarny mielony. Kasza kuskus 40g składniki: kasza kuskus 93% składniki: semolina z **pszenicy** durum, olej rzepakowy tłoczony na zimno 7% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. Surówka ogórki kiszane 50g składniki: ogórek zalewa naturalna, sól, koper, liść laurowy. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka 5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: kisiel malinowy 150 ml składniki: mąka ziemniaczana 10g składniki: skrobia ziemniaczana, malina - 35g, żurawina 3g składniki: żurawina 60%, cukier 39%, olej słonecznikowy, woda 150ml. Wafle ryżowe 10g składniki: ryż 100% brązowy, biały. Herbata owocowa z aronią 150 ml składniki: aronia 60%, hibiskus 30%, dzika róża 5%, jabłko 5%.

ŚRODA: 17. 09. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: (mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 8g, kielbasa krakowska sucha 20g składniki: mięso wieprzowe, sól, sacharoza, ekstrakty przypraw, stabilizatory: octany sodu, cytryniany sodu, przeciwutleniacze kwas izoskorbinowy izoskorbinian sodu, substancja konserwująca azotyn sodu, pomidor 30g, papryka czerwona 30g. Kawa zbożowa 3g składniki: zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Herbata owocowa malina z cytryną 150 ml składniki: owoc maliny 50%, kwiat hibiskusa, skórka cytryny 8%, liść jeżyny.

II Śniadanie: Banan 60g.

Obiad: Zupa botwinka z jajkiem na kurczaku na 250ml składniki: woda wodociągowa 28%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 9%, (warzywa 100% w zmiennych proporcjach, marchew, **seler**, pietruszka, por), ziemniaki 14%, mięso z udka kurczaka bez skóry 26%, botwinka 11%, jaja kurze całe 10% składniki: **jaja**, śmietana 18% 1% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, pieprz czarny mielony, koper. Schab pieczony w sosie warzywnym 130g składniki: schab pieczony 80g składniki: schab wieprzowy bez kości 100%, papryka czerwona mielona słodka i ostra, pieprz czarny mielony, sos warzywny 50g składniki: włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 74%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), śmietana 18% 18% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 7% składniki: mąka **pszenna**, papryka czerwona mielona słodka i ostra, pieprz czarny mielony. Ryż biały gotowany 40g składniki: ryż biały 93% składniki: mąka makaronowa **pszenna**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 8% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. Surówka marchewka z jabłkiem 50g składniki: marchew 67%, jabłko 29%, olej rzepakowy tłoczony na zimno 2% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno cytryna 2%. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczką, truskawka 5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Koktajl: Kefir naturalny 120g składniki: **mleko** pasteryzowane kultury kefirowe, truskawki 35g składniki: truskawka mrożona. Chrupki kukurydziane 10g składniki: grys kukurydziany 100%. Herbata owocowa malina z cytryną 150 ml składniki: owoc maliny 50%, kwiat hibiskusa, skórka cytryny 8%, liść jeżyny.

CZWARTEK: 18. 09. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna 200ml: płatki owsiane 10g składniki: płatki **owsiane**, siemię lniane składniki: **siemię** lniane 2g, mleko 2% 200ml składniki: **mleko**. Kanapka: chleb pszenno – żytni 30g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata 8g, szynka wieprzowa 20g składniki: szynka wieprzowa sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca azotyn sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto 108g szynki wieprzowej, papryka czerwona 30g, ogórek zielony 30g. Herbata owocowa z aronią 150 ml składniki: aronia 60%, hibiskus 30%, dzika róża 5%, jabłko 5%.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami 200ml składniki: wieprzowina karkówka 19%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 16%, (marchew, **seler**, pietruszka, por), woda wodociągowa 31%, ziemniaki 18%, ogórki kiszone 12% składniki: ogórek zalewa naturalna, sól, koper, liść laurowy, śmietana 18% 2% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 1% składniki: mąka **pszenna**, mleko 2% 1% składniki **mleko**, pietruszka liście, pieprz czarny mielony, liść laurowy, ziele angielskie. Kotlet mielony z żółtym serem 80g składniki: wieprzowina synka surowa 42%, mięso gulaszowe wołowe 15%, olej rzepakowy tłoczony na zimno 9% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno, bułka pszenna 50g 8% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże, cukier, cebula 7%, jaja kurze 4% składniki: **jaja**, bułka tarta 9% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże, pieprz czarny mielony, ser żółty 7% składniki: mleko pasteryzowane, sól spożywcza stabilizator chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, mleko podpuszczka mikrobiologiczna, barwnik karoteny. Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: ziemniaki 99%, koper 1%. Surówka buraczki na ciepło 50g składniki: burak 94% śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, cytryna 2%, cukier 1%, pieprz czarny mielony. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką 18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczką, truskawka 5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: Budyń śmietankowy 180 ml składniki: **mleko** 2% 150 ml, mąka ziemniaczana 10g skład: zawiera siarczyny, może zawierać śladowe ilości alergenów, **glutenu, orzeszków ziemnych** innych **orzechów migdałów sezamu, gorczycy** oraz **soi**, maliny - 35g, 150ml. Wafle zbożowo ryżowe 10g składniki: mąka **pszenna** 97,2%, mąka ryżowa 1%, olej rzepakowy, sól morską. Herbata owocowa malina z cytryną 150 ml składniki: owoc maliny 50%, kwiat hibiskusa, skórka cytryny 8%, liść jeżyny.

PIĄTEK: 19. 08 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 82%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 8g, żółty ser 14g składniki: **mleko** pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna, ogórek zielony 30g, pomidor cherry 30g. Kawa zbożowa 3g składniki: zboża 78% (**jęczmień, żyto**), cykoria, mleko 200ml składniki: **mleko** 2% 200ml. Herbata owocowa dzika róża 150 ml składniki: owoc bzu czarnego, kwiat hibiskusa 30%, owoc dzikiej róży 55%, owoc jabłka, liść jeżyny 1%.

II Śniadanie: Banan 60g.

Obiad: Zupa ziemniaczana z brukselką 250ml składniki: woda wodociągowa 32%, ziemniaki 22%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 14%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), brukselka 20%, śmietana 18% 3% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, pieprz czarny mielony, pietruszka liście. Filet z miruny panierowany 60g składniki: filet z **miruny** 68%, jaja kurze 12% składniki: **jaja**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 9% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno bułka tarta 11% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże, pieprz czarny mielony. Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: ziemniaki 99%, koper ogrodowy 1%. Surówka z ogórka kiszzonego marchwi i jabłka 50g składniki: ogórek kiszony 61% składniki: (ogórek zalewa naturalna, sól, koper liść laurowy), marchew 23%, jabłko 8%, olej rzepakowy rafinowany 2% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, cebula 5%, cukier, pieprz czarny mielony, pietruszka liście. Kompot z owoców mieszanych 150ml skład: woda wodociągowa 81%, owoce mrożone truskawka, śliwka b/p czarna porzeczka, truskawka 5%, wiśnia bez pestki, cukier 1%.

Podwieczorek: Deser: makaron mieszany 30g składniki: makaron pełnoziarnisty 15g mąka z pszenicy durum, pełnoziarnista, makaron świderki 20g składniki: mąka makaronowa **pszenna**, jogurt naturalny 50g składniki: **mleko** pasteryzowane **mleko** w proszku odtłuszczone, białka **mleka**, kultury bakterii jogurtowych, czarna jagoda 25g. Herbata owocowa z aronią 150 ml składniki: aronia 60%, hibiskus 30%, dzika róża 5%, jabłko 5%.