

J a d ł o s p i s

Gminne Przedszkole w Cedzynie

PONIEDZIAEK: 20. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, sałata masłowa, ser żółty, papryka czerwona, ogórek zielony. Kakao na mleku. Herbata owocowa dzika róża z hibiskusem.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa ziemniaczana z brukselką. Gulasz mięsno - warzywny. Kasza pęczak. Surówka ogórki kiszzone. Kompot z owoców mieszanych.

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

WTOREK: 21. 10. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna: makaron nitki na mleku. Kanapka: chleb pszenno żytni, masło, sałata, szynka, ogórek kiszony, papryka. Herbata owocowa dzika róża z hibiskusem.

II Śniadanie: Gruszka.

Obiad: Zupa zalewajka z kielbasą. Klopsiki wieprzowe w sosie warzywnym. Ryż biały. Surówka pomidor. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: budyń śmietankowy, truskawki. Wafle zbożowo - ryżowe. Herbata owocowa dzika róża z hibiskusem.

ŚRODA: 22. 10. 2025r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno - żytni, masło, sałata, schab, pomidor, szczypiorek, kalarepa. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa dzika róża z hibiskusem.

II Śniadanie: Banan.

Obiad: Zupa zaciekowa. Kotlet schabowy z pieca. Ziemniaki z koperkiem. Surówka marchewka z groszkiem. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Koktajl: kefir z truskawkami. Bułka wrocławska, masło. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

CZWARTEK: 23. 10. 2025r.

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

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem. Potrawka z indyka. Kasza gryczana. Surówka bukiet warzyw gotowany. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Koktajl: Jogurt naturalny z wiśniami. Podpłomyki bezcukrowe. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

PIĄTEK: 24. 10. 2025r.

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

II Śniadanie: Mus owocowo - warzywny.

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem. Filet z miruny panierowany. Ziemniaki z koperkiem. Surówka z kiszonej kapusty. Kompot z owoców mieszanych

Podwieczorek: Deser: kisiel wiśniowy z żurawiną. Kajmaki: wafle deserowe, masa śliwkowa. 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: 20. 10. 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 35g, papryka czerwona 30g. Kakao naturalne 2g składniki: kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, regulator kwasowości węglany potasu, mleko 2% 200ml składniki: **mleko**. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: dzika róża 65% , hibiskus 35%.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa ziemniaczana z brukselką 250ml składniki: ziemniaki 22%, woda wodociągowa 32%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 14%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), brukselka mrożona 28%, śmietana 18% 3% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, pieprz czarny mielony, pietruszka liście 1%. Gulasz mięsno- warzywny 100g składniki: wieprzowina szynka surowa 60%, bukiet warzyw kwiatowy 29% składniki; warzywa mrożone 100% w różnych proporcjach kalafior, brokuł różyczka, marchew plaster, cebula 4%, mąka tortowa typ450 2% składniki: mąka **pszenna**, śmietana 18% 2% składniki: **śmietanka** żywe kultury bakterii fermentacji **mlekowej**, kukurydza konserwowa 1% składniki: kukurydza, woda, cukier, sól, fasola czerwona konserwowa 1% składniki: fasola czerwona, woda, sól, papryka czerwona słodka i ostra, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy. Kasza pęczka 45g składniki: przerobione ziarno **jęczmienia** 93%, olej rzepakowy tłoczony na zimno 7% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. Surówka ogórki kiszzone 50g składniki: ogórek zalewa naturalna, sól, koper, liść laurowy. Kompot z owoców mieszanych 150ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczką, truskawka5%, agrest składniki w różnych proporcjach, 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, jagoda mrożona 25g. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: dzika róża 65% , hibiskus 35%.

WTOREK: 21. 10. 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 2% 200ml składniki: **mleko**. Kanapka: chleb pszenno – żytni 35g składniki: (mąka **pszenna**, woda, zakwas **żytni** naturalny, (mąka **żytnia**, woda), drożdże, sól, masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana, sałata masłowa 5g, szynka wieprzowa 20g składniki: szynka wieprzowa sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca azotyn sodu. Do wyprodukowania 100g produktu użyto 108g szynki wieprzowej, papryka czerwona 35g, ogórek kiszony 25g składniki: ogórek, zalewa (woda, sól, przyprawy). Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: dzika róża 65% , hibiskus 35%.

II Śniadanie: Gruszka 70g.

Obiad: Zupa zalewajka na kielbasie 200ml składniki: woda wodociągowa 50%, ziemniaki 25%, kielbasa 4% składniki: mięso wieprzowe sól przyprawy, barszcz biały 10% woda mąka **żytnia**, czosnek, seler korzeniowy 3% składniki **seler**, por 1%, pietruszka korzeń 3% składniki: **seler**, czosnek, **śmietana** 18% 3% składniki: śmietanka żywe kultury bakterii fermentacji **mlekowej**, liść laurowy, majeranek, pieprz czarny mielony, ziele angielskie. Klopsiki wieprzowe w sosie warzywnym 150g klopsiki 80g składniki: wieprzowina szynka surowa 87%, cebula 4%, bułka pszenna 50g 4% składniki: mąka **pszenna** woda drożdże sól, cukier, jaja kurze 4% składniki: **jaja**, sos warzywny 50g składniki: włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 74%, (warzywa 100% w zmiennych proporcjach, marchew, **seler**, pietruszka, por), śmietana 18% 18% składniki: **śmietanka** żywe kultury bakterii fermentacji **mlekowej**, mąka tortowa Typ 450 7% składniki: mąka **pszenna**, papryka czerwona słodka i ostra, pieprz czarny mielony. Ryż biały 35g składniki: ryż biały 93%, olej rzepakowy tłoczony na zimno 7% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. Surówka z pomidora 50g składniki: pomidor. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczką, truskawka5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier1%.

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**, **gorzycy** oraz **soi**, truskawki - 35g, 150ml. Wafle zbożowo ryżowe 10g składniki; mąka **pszenna** 97,2%, mąka ryżowa 1%, olej rzepakowy, sól morską. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: dzika róża 65% , hibiskus 35%.

ŚRODA: 22. 10. 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 5g, schab 20g składniki: szynka wieprzowa 89%, białko wieprzowe, cukier, przyprawy naturalne, sól, stabilizator (difosforan disodowy), stabilizator (polifosforan sodu) stabilizator (trifosforan pentasodowy), substancja konserwująca azotyn sodu, substancja zagęszczająca karagen, woda, pomidor 35g, szczypiorek 3g, kalarepa 20g. Kawa zbożowa 3g składniki: zboża 78% (**jęczmień**, **żyto**), cykoria, mleko 2% 200ml składniki: **mleko**. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: dzika róża 65% , hibiskus 35%.

II Śniadanie: Banan 60g.

Obiad: Zupa zacierkowa 250ml składniki: włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 16%, (marchew, **seler**, pietruszka, por), woda wodociągowa 66%, wieprzowina karkówka 10%, zacierka jajeczna 8% składniki: mąka **pszenna**, **jaja** 4,5%, jedno jajo na jeden kilogram mąki, woda kurkuma przyprawa, ziele angielskie, pieprz czarny mielony, pietruszka liście. Kotlet schabowy z pieca 90g składniki: schab wieprzowy bez kości 67%, jaja kurze 11% składniki: **jaja**, bułka tarta 11% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże, olej rzepakowy tłoczony na zimno 11% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, pieprz czarny mielony. Ziemniaki z koperkiem 100g składniki: ziemniaki 99%, koper ogrodowy 1%. Surówka marchewka z groszkiem 50g składniki: marchew mrożona 83%, groszek zielony mrożony 10%, mąka tortowa typ 450 4% składniki: mąka pszenna, cytryna, masło ekstra 1% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, pieprz czarny mielony. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 81%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier1%.

Podwieczorek: Koktajl: Kefir naturalny 120g składniki: **mleko** pasteryzowane kultury kefirowe, truskawki 35g. Bagietka 30g składniki: mąka **pszenna** 500, woda, drożdże sól, cukier, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, mąka **sojowa**, mąka słodowa **jęczmienna**, środki do przetwarzania mąki kwas askorbinowy E 300, L –cysteina (E 920), masło 4g: tradycyjne masło zawartość tłuszczu 83%, składniki: **śmietanka** pasteryzowana. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: dzika róża 65% , hibiskus 35%.

CZWARTEK: 23. 10. 2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna 200ml: płatki owsiane 10g składniki: płatki **owsiane**, siemię lniane składniki: **siemię** lniane 2g, mleko2% 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 masłowa 5g, 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, papryka czerwona 30g, ogórek zielony 30g. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: dzika róża 65% , hibiskus 35%.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 200ml składniki: woda wodociągowa 52%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 14%, (warzywa 100% w zmiennych proporcjach, marchew, **seler**, pietruszka, por), ryż biały 7%, koncentrat pomidorowy 30% 5%, wieprzowina karkówka 20%, śmietana 18% 2% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**, Termizowana, pieprz czarny mielony, pietruszka liście, lubczyk suszony. Potrawka z indyka 120g składniki: mięso z piersi indyka bez skóry 72%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona20%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, mąka tortowa typ 450 2% składniki: mąka **pszenna**, pietruszka liście, pieprz czarny mielony. Kasza gryczana biała 40g składniki: kasza gryczana biała 92% składniki: mąka makaronowa **pszenna**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 8% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. Surówka bukiet warzyw gotowany 50g składniki: bukiet warzyw kwiatowy 95% składniki: warzywa mrożone w 100% w zmiennych proporcjach kalafior, brokuł różyczka, marchew plaster, masło ekstra 2% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, bułka tarta 2% składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże. Kompot z owoców mieszanych 150 ml składniki: woda wodociągowa 80%, mieszanka kompotowa 5 składnikowa z truskawką18%, (składniki: śliwka b/p czarna i czerwona porzeczka, truskawka5%, agrest składniki: w różnych proporcjach, cukier2%.

Podwieczorek: Koktajl: Jogurt naturalny 120g składanki: **mleko** pasteryzowane **mleko** w proszku odtłuszczone, białka **mleka**, kultury bakterii jogurtowych, wiśni 35g. Podpłomyki bezcukrowe 10g składniki: mąka **pszenna** mleko w proszku tłuszcz roślinny palmowy, rzepakowy sól, emulgator lecytyny z **soi**, substancje spulchniające difosforan disodowy wodorowęglan sodu. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

PIĄTEK: 24. 10. 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 5g, żółty ser 14g składniki: **mleko** pasteryzowane, sól spożywcza, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna, ogórek zielony 30g, pomidor cherry 30g. Kakao naturalne 2g składniki: kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, regulator kwasowości węglany potasu, mleko 2% 200ml składniki: **mleko**. Herbata owocowa dzika róża 150 ml składniki: owoc bzu czarnego, kwiat hibiskusa 30%, owoc dzikiej róży 55%, owoc jabłka, liść jeżyny 1%.

II Śniadanie: Mus owocowo - warzywny 100g składniki: jabłko 50%, marchew 30%, mango 20%, witamina C.

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem i kielbasą 200ml składniki: woda wodociągowa 41%, kielbasa wiejska 16% składniki: mięso wieprzowe sól przyprawy, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 21%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), fasola biała nasiona suche 16%, koncentrat pomidorowy 30% 2%, makaron bezglutenowy 2% składniki: mąka makaronowa **pszenna**, majeranek, suszony, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz czarny mielony, pietruszka liście. Filet z miruny panierowany 90g 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 kiszonej kapusty 50g składniki: kapusta kiszona 49% składniki: (kapusta biała, sól, marchew), marchew 20%, jabłko 20%, olej rzepakowy rafinowany 3% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, cebula 6%, cukier 1%, rodzynki 2% składniki: rodzynki 99,5%, olej słonecznikowy 0,5%, pieprz czarny mielony. 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: kisiel wiśniowy 180 ml składniki: mąka ziemniaczana 10g składniki: skrobia ziemniaczana, wiśnia mrożona - 35g, żurawina 3g składniki: żurawina 60%, cukier 39%, olej słonecznikowy, produkt może zawierać **sezam**, **orzeszki** ziemne, inne **orzechy**, woda 150ml. Kajmaki: Wafle tortowe – 10g składniki: mąka **pszenna**, olej roślinny rzepakowy, skrobia ziemniaczana, substancje spulchniające (wodorowęglan amonu, wodorowęglan sodu, sól), powidła śliwkowe – 20g składniki: śliwki węgierki, cukier, Sporządzono z 182 g owoców ma 100 g produktu. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.