

J a d ł o s p i s

Gminne Przedszkole w Cedzynie

ŚRODA: 07. 01. 2026r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, sałata, ser żółty, ogórek kiszony. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa krupnik jęczmienny z warzywami. Sos spaghetti boloński z mięsem. Makaron spaghetti. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: budyń czekoladowy. Chrupki kukurydziane. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

CZWARTEK: 08. 01. 2026r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno – żytni, masło, sałata, kielbasa krakowska, ogórek kiszony. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa dzika róża z hibiskusem.

II Śniadanie: Jabłko.

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami. Pulpet wieprzowo – wołowy w sosie własnym. Kasza bulgur. Surówka z pomidora. Kompot z owoców mieszanych.

Podwieczorek: Deser: makaron wielozłarnisty, mus jogurtowy z truskawkami. Herbata owocowa kwiat hibiskusa.

PIĄTEK: 09. 01. 2026r.

Śniadanie: Kanapka: chleb pszenno - żytni, masło, sałata, schab, ogórek zielony, szczypiorek. Kakao na mleku. Herbata owocowa dzika róża.

II Śniadanie: Banan.

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

Podwieczorek: Koktajl: Jogurt naturalny z truskawkami. Wafle ryżowe naturalne. 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

ŚRODA: 07. 01. 2026r.

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 kiszony 30g składniki: ogórek, zalewa (woda, sól, przyprawy). Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa krupnik jęczmienny z warzywami 200ml składniki: woda wodociągowa 43%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 43%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), kasza jęczmienna wiejska 11% składniki: 100% przerobione ziarno **jęczmienia**, masło ekstra 2% składniki: **śmietanka** **pasteryzowana**, pieprz czarny mielony, pietruszka liście, liść laurowy, ziele angielskie. Sos spaghetti boloński z mięsem 100g składniki: wieprzowina szynka surowa 58%, pomidor 12%, papryka 12%, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 5%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew, **seler**, pietruszka, por), cebula 5%, mąka tortowa typ 450 3% składniki: mąka **pszenna**, koncentrat pomidorowy 30% 5%, papryka czerwona mielona słodka i ostra, oregano suszone, ziele angielskie, bazylia suszona, liść laurowy, czosnek, pieprz czarny mielony. Makaron spaghetti 40g składniki: makaron bezjajeczny 94% składniki: mąka makaronowa **pszenna**, olej rzepakowy tłoczony na zimno 6% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. 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: Budyń czekoladowy 180 ml składniki: **mleko** 2% 170 ml, mąka ziemniaczana 10g składniki: zawiera **siarczyny**, może zawierać śladowe ilości alergenów, **glutenu**, **orzeszków ziemnych** innych **orzechów migdałów** **sezamu**, **gorczycy** oraz **soi**, kakao naturalne 2g składniki: kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, regulator kwasowości węglany potasu, chrupki kukurydziane – 10g składniki: grys kukurydzianym 100%,. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: dzika róża 65% , hibiskus 35%.

CZWARTEK: 08. 01. 2026r.

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, 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, ogórek kiszony 30g składniki: ogórek, zalewa (woda, sól, przyprawy). Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa. Kawa zbożowa 3g składniki: zboża 78% (**jęczmień**, **żyto**), cykoria, mleko 2% 200ml składniki: **mleko**. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

II Śniadanie: Jabłko 60g.

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami 200ml składniki: woda wodociągowa 30%, ogórek kiszony 12% składniki: ogórek zalewa naturalna, liść laurowy, koper, sól, włoszczyzna paski 4 skł. mrożona 22% składniki: (warzywa 100% w zmiennych proporcjach, marchew, **seler**, pietruszka, por), ziemniaki 30%, śmietana 18% 4% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii **mlekowych**. Termizowana, pietruszka liście 1%, mąka tortowa typ 450 1% składniki: mąka **pszenna**, pietruszka liście, ziele angielskie, pieprz czarny mielony, liść laurowy. Pulpet wieprzowo wołowy 80g składniki: wieprzowina łopatka 48%, wołowina zrazowa 32%, cebula 6%, bułka pszenna 50g 8% składniki: mąka **pszenna** woda drożdże sól, cukier, jaja kurze 6% składniki: **jaja**, pieprz czarny mielony. Kasza bulgur 40g składniki: kasza bulgur 93% składniki kasza semolina z **pszenicy** durum, olej rzepakowy tłoczony na zimno 7% składniki: 100% olej rzepakowy rafinowany z pierwszego tłoczenia, filtrowany na zimno. Sos własny 50g składniki: woda wodociągowa 85%, mąka tortowa typ 450 10% składniki: mąka **pszenna**, śmietana 18% 5% składniki: **śmietanka** żywe kultury bakterii fermentacji **mlekowej**, pieprz czarny mielony. Surówka z pomidora 50g składniki: pomidor 83%. 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: makaron mieszany 30g składniki: makaron pełnoziarnisty 15g mąka z pszenicy durum, pełnoziarnista, makaron świderki 15g składniki: mąka makaronowa **pszenna**, jogurt naturalny 50g składniki: **mleko** pasteryzowane **mleko** w proszku odtłuszczone, białka **mleka**, kultury bakterii jogurtowych, truskawki 35g. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.

PIĄTEK: 09. 01. 2026r.

Śniadanie: 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, 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, ogórek zielony 30g, szczypiorek 3g. Kakao naturalne 3g 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: Banan 60g.

Obiad: Zupa grysikowa 200ml składniki: woda wodociągowa 58%, włoszczyzna 21%, składniki: warzywa 100% w zmiennych proporcjach (marchew **seler** pietruszka i por), masło 2% składniki: **śmietanka** pasteryzowana, kasza kuskus 18% składniki: kasza kuskus semolina z pszenicy **durum**, pietruszka liście, pieprz czarny mielony, lubczyk suszony. Filet z miruny panierowany 80g 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 kiszzonej 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: Koktajl: Jogurt naturalny 120g składniki: **mleko** pasteryzowane **mleko** w proszku odtłuszczone, białka **mleka**, kultury bakterii jogurtowych, truskawki 35g. Wafle ryżowe 10g składniki: ryż 100% brązowy, biały. Herbata owocowa hibiskus 150 ml składniki: kwiat hibiskusa.