

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 07.04 do 10.04.2026 r.	2
Wtorek 07.04.2026 r.	2
Pierwsze śniadanie	2
Drugie śniadanie + zupa	2
Obiad	2
Środa 08.04.2026r.	4
Pierwsze śniadanie	4
Drugie śniadanie + zupa	4
Obiad	4
Czwartek 09.04.2026r.	6
Pierwsze śniadanie	6
Drugie śniadanie + zupa	6
Obiad	6
Piątek 10.04.2026r.	8
Pierwsze śniadanie	8
Drugie śniadanie + zupa	8
Obiad	8
Legenda (objaśnienia):.....	10

Jadłospis obowiązujący od 07.04 do 10.04.2026 r.

Wtorek 07.04.2026 r.

Pierwsze śniadanie

Herbata z cytryną

- Skład: Herbata czarna, cytryna.

Chleb królewski z masłem, kielbasą krakowską, ogórkiem, rzodkiewką i kiełkami rzodkiewki

- Skład: **Chleb królewski, masło**, kielbasa krakowska, ogórek, rzodkiewka, kiełki rzodkiewki.

Drugie śniadanie + zupa

Mandarynka

Zupa jarzynowa z krem z soczewicy na wywarze wieprzowym

- Skład: Mięso wieprzowe, **włoszczyzna**, ziemniaki, czerwona soczewica, przyprawy.

Obiad

Kompot z owoców lasu

- Skład: Woda, owoce leśne.

Makaron z serem na słodko i polewą jogurtową

- Skład: Makaron, **twaróg**, cukier waniliowy, **śmietana 18%, jogurt grecki**.

Przedszkole Publiczne NR 7 z Oddziałami Integracyjnymi w Głogowie

Marchew pokrojona w słupki

Gramatura potraw

Pierwsze śniadanie

- Herbata z cytryną (150ml)
- Chleb królewski (30g) z masłem (10g), kiełbasą krakowską (20g), ogórkiem (30g), rzodkiewką (20g) i kiełkami rzodkiewki

Drugie śniadanie + zupa

- Mandarynka (70g)
- Zupa krem z soczewicy na wywarze wierzowym (250ml)

Obiad

- Kompot z owoców lasu (150ml)
- Makaron z serem na słodko (120g) i polewą jogurtową (80g)
- Marchew pokrojona w słupki (50g)

Środa 08.04.2026r.

Pierwsze śniadanie

Mleko

- Skład: **Mleko 2%**.

Chleb graham z masłem, pasztetem, ogórkiem kiszonym, rzodkiewką, szczypiorkiem i pestkami słonecznika

- Skład: **Chleb graham, masło**, pasztet, ogórek kiszony, rzodkiewka, szczypiorek, pestki słonecznika.

Drugie śniadanie + zupa

Jogurt owocowy

Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze wieprzowym

- Skład: Mięso wieprzowe, **włoszczyzna**, ziemniaki, buraki, sok z buraka, przyprawy.

Obiad

Kompot wieloowocowy

- Skład: Woda, mieszanka wieloowocowa.

Gołąbki po poznańsku z sosem pomidorowym i ryżem

- Skład: Mięso wieprzowe, cebula, olej, kapusta biała, **kasza manna, jaja, mąka**, przecier pomidorowy. Ryż.

Przedszkole Publiczne NR 7 z Oddziałami Integracyjnymi w Głogowie

Surówka z białej kapusty

- Skład: Kapusta biała, marchew, **majonez**, kukurydza.

Gramatura potraw

Pierwsze śniadanie

- Mleko (150ml)
- Chleb graham (35g) z masłem (10g), pasztetem (30g), ogórkiem kiszonym (30g), rzodkiewką (20g), szczypiorkiem i pestkami słonecznika

Drugie śniadanie

- Jogurt owocowy (150g)
- Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze wieprzowym (250ml)

Obiad

- Kompot wieloowocowy (150ml)
- Gołąbki po poznańsku w sosie pomidorowym (100g) z ryżem (80g)
- Surówka z białej kapusty (80g)

Czwartek 09.04.2026r.

Pierwsze śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku

- Skład: **Mleko 2%, płatki kukurydziane.**

Chleb pełnoziarnisty z masłem, serkiem topionym, ogórkiem, rzodkiewką, szczypiorkiem i pestkami dyni

- Skład: **Chleb pełnoziarnisty, masło, serek topiony**, ogórek, rzodkiewka, szczypiorek, pestki dyni.

Drugie śniadanie + zupa

Jabłko

Zupa kalafiorowa na wywarze drobiowym

- Skład: Mięso drobiowe, **włoszczyzna**, kalafior, ziemniaki, przyprawy.

Obiad

Kompot wiśniowy

- Skład: Woda, wiśnie.

Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą

- Skład: Ziemniaki, **twaróg, mąka, jaja, bułka tarta, masło.**

Surówka z marchwi i chrzanu

- Skład: Marchew, chrzan, **majonez.**

Gramatura potraw

Przedszkole Publiczne NR 7 z Oddziałami Integracyjnymi w Głogowie

Pierwsze śniadanie

- Płatki kukurydziabe na mleku (250ml)
- Chleb pełnoziarnisty (40g) z masłem (10g), serkiem topionym (30g), ogórkiem (30g), rzodkiewką (20g), szczypiorkiem i pestkami dyni

Drugie śniadanie + zupa

- Jabłko (150g)
- Zupa kalafiorowa na wywarze drobiowym (250ml)

Obiad

- Kompot wiśniowy (150ml)
- Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą (160g)
- Surówka z marchwi i chrzanu (80g)

Piątek 10.04.2026r.

Pierwsze śniadanie

Kakao na mleku

- Skład: **Mleko 2%**, kakao gorzkie.

Chleb słonecznikowy z masłem, twarogiem, ogórkiem, rzodkiewką i kiełkami rzodkiewki

- Skład: **Chleb słonecznikowy, masło, twaróg**, ogórek, rzodkiewka, kiełki rzodkiewki

Drugie śniadanie + zupa

Gruszka

Zupa koperkowa na wywarze drobiowym

- Skład: Mięso drobiowe, **włoszczyzna**, ziemniaki, koperek, przyprawy.

Obiad

Woda z cytryną

- Skład: Woda, cytryna.

Filet rybny panierowany z ziemniakami

- Skład: **Ryba, jaja, mąka, bułka tarta**, olej. Ziemniaki, **masło**, koperek.

Surówka Colesław

- Skład: Kapusta biała, marchew, kukurydza, **majonez, musztarda**, przyprawy.

Gramatura potraw

Przedszkole Publiczne NR 7 z Oddziałami Integracyjnymi w Głogowie

Pierwsze śniadanie

- Kakao na mleku (150ml)
- Chleb słonecznikowy (35g) z masłem (10g), twarogiem (30g), ogórkiem (30g), rzodkiewką (20g) i kiełkami rzodkiewki

Drugie śniadania + zupa

- Gruszka (80g)
- Zupa koperkowa na wywarze drobiowym (250ml)

Obiad

- Woda z cytryną (150ml)
- Filet rybny panierowany (80g) z ziemniakami i koperkiem (150g)
- Surówka Colesław (80g)

Legenda (objaśnienia):

1. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem
2. Ilość cukru: 6 g w 220 ml kompotu