

# JADŁOSPIS

| DATA                       | ŚNIADANIE                                                                                                                                               | II ŚNIADANIE                                                                                                                                          | OBIAD                                                                                                                   |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16.03.2026<br>poniedziałek | Pieczyno mieszane, masło, pasta z jaj ze szczypiorkiem, ser żółty, kietki, sałata, kakao.<br>1,3,7                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem i zieloną pietruszką,<br>DESER: Jogurt naturalny z truskawkami, ogórek zielony, woda niegazowana.<br>1,7,9                | Kasza, gulasz mięsny, ogórek kiszony, sok.<br>1,3,7,9                                                                   |
| 17.03.2026<br>wtorek       | Pieczyno mieszane, masło, serek mozzarella, szynka drobiowa, rzodkiewka, pomidor koktajlowy, herbata owocowa.<br>1,3,7                                  | Zupa krem porowa z groszkiem ptysiowym z zieloną pietruszką<br>DESER: Truskawki z jogurtem naturalnym, banan, marchewka, woda niegazowana.<br>1,3,7,9 | Ryż z prażonym jabłkiem<br>cynamonem, surówka z selera z jogurtem naturalnym i rodzynkami, kompot owocowy.<br>1,3,7,9   |
| 18.03.2026<br>środa        | Pieczyno mieszane, masło, szynka gotowana, serek biały ze szczypiorkiem, sałata, papryka, rzodkiewka, kakao.<br>1,3,7                                   | Zupa kapuśniak z kapusty kiszonej,<br>DESER: ciasto z owocem, papryka, woda niegazowana<br>1,3,7,9                                                    | Kluski z serem białym, marchewka z jabłkiem, sok.<br>1,3,7,9                                                            |
| 19.03.2026<br>czwartek     | Pieczyno mieszane, masło, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, ser almtte ze szczypiorkiem, dżem, pomidor, ogórek kiszony, herbata ziołowa.<br>1,3,7 | Zupa -rosół z makaronem i zieloną pietruszką,<br>DESER: Mleczko smakowe, pomarańczko, rzodkiewka, woda.<br>1,3,7,9                                    | Ziemniaki, patki z kurczaka duszone z w sosie własnym, surówka z kapusty białej z kukurydzą, kompot owocowy.<br>1,3,7,9 |
| 20.03.2026<br>piątek       | Pieczyno mieszane, masło, jajecznicza ze szczypiorkiem, powidła, ogórek zielony, papryka, herbata owocowa.<br>1,3,7                                     | Zupa ogórkowa z zieloną pietruszką,<br>DESER: bułka z masłem, pomarańczko, kalarepa, woda<br>1,3,7,9                                                  | Makron z sosem warzywno - pomidorowym z tuńczykiem, ogórek zielony kompot owocowy.<br>1,3,7,9                           |
| 23.03.2026<br>poniedziałek | Pieczyno mieszane, masło, szynka drobiowa, serek twój smak śmietankowy, rzodkiewka biała, papryka, kawa inka.<br>1,6,7,11                               | Zupa z kalafiorowa z zieloną pietruszką,<br>DESER: serek waniliowy, jabłko, marchewka, woda niegazowana.<br>1,3,7,9                                   | Ziemniaki, smażony kotlet, surówka z kapusty białej z rzodkiewką i koperkiem, kompot owocowy.<br>1,3,7,9                |
| 24.03.2026<br>wtorek       | Pieczyno mieszane, masło, polędwica sopocka, ser żółty, sałata, rzodkiewka, pomidor, kakao.<br>1,3,7                                                    | Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką,<br>DESER: jogurt owocowy, mandaryna, marchewka, woda niegazowana.<br>1,7,9                                       | Makaron z sosem carbonara, surówka z kapusty pekińskiej, kompot.                                                        |
| 25.03.2026<br>środa        | Pieczyno mieszane, masło, pasta z tuńczyka z koperkiem, ser biały z rzodkiewką, pomidor koktajlowy, ogórek zielony,, herbata z cytryną.<br>1,3,7        | Zupa grochowa,<br>DESER: ciasto biszkoptowe, borówka, papryka, woda niegazowana.<br>1,3,7,9                                                           | Pyzy z sosem bolońskim, surówka z ogórka kiszzonego z cebulką, kompot owocowy<br>1,3,7,9                                |
| 26.03.2026<br>Czwartek     | Pieczyno mieszane, masło, kietbaski na ciepło, pasta pomidorowa z ziołami, pomidor, ogórek zielony, herbata ziołowa.                                    | Zupa – barszcz z makaronem ,<br>Deser: kisiel ze śmietaną, wafle ryżowe, jabłko, kalarepa, woda niegazowana.<br>1,3,7,9                               | Ziemniaki, jajko sadzone, gotowane buraki, jabłko, kompot owocowy.<br>1,3,7,9                                           |
| 27.03.2026<br>piątek       | Pieczyno mieszane, masło, jajecznicza na maśle ze szczypiorkiem, pomidor, sałata, herbata ziołowa.<br>1,3,7                                             | Zupa z fasolki szparagowej z zieloną pietruszką.<br>DESER: Budyń, jabłko, marchewka, woda niegazowana.<br>1,3,7,9                                     | Ziemniaki, smażona ryba, surówka z kapusty kiszonej, kompot owocowy.<br>1,3,7,9                                         |

Przedszkole nr 3 zastrzega sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Woda niegazowana podawana na życzenie dzieci.