

# JADŁOSPIS

| DATA                       | ŚNIADANIE                                                                                                                                                             | II ŚNIADANIE                                                                                                                                         | OBIAD                                                                                           |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 02.02.2026<br>poniedziałek | Pieczyno mieszane, masło, szynka drobiowa, serek biały z rzodkiewką, ogórek kiszony, sałata, herbata ziołowa.<br>1,3,7                                                | Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną pietruszką, DESER: rogal z masłem, miód, banan, ogórek zielony, woda niegazowana.<br>1,7,9                         | Makaron z sosem serowo – szpinakowym, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, sok.<br>1,3,7,9 |
| 03.02.2026<br>wtorek       | Pieczyno mieszane, masło, kielbaski śląskie delikatesowe, pasta pomidorowa z ziołami, serek mozzarella, pomidor koktajlowy, ogórek kiszony, herbata owocowa.<br>1,3,7 | Zupa – barszcz z makaronem DESER: Ciasto biszkoptowe, kiwi, kalarepa, woda niegazowana.<br>1,3,7,9                                                   | Ziemniaki, klopsy smażone, gotowane buraki, ogórek zielony, sok.<br>1,3,7,9                     |
| 04.02.2026<br>środa        | Pieczyno mieszane, masło, szynka drobiowa, gotowane jajko ze szczypiorkiem, rzodkiewka, sałata, kakao.<br>1,3,7                                                       | Zupa krem z pora z grzankami i zieloną pietruszką, DESER: kisiel z serakiem waniliowym, wafle ryżowe, marchewka, mango, woda niegazowana.<br>1,3,7,9 | Kasza bulgur z warzywami, tarta marchewka z jogurtem naturalnym, sok.<br>1,3,7,9                |
| 05.02.2026<br>czwartek     | Pieczyno mieszane, masło, pasta z groszku zielonego, ser żółty, kielki, sałata, pomidor, kawa Inka.<br>1,3,7                                                          | Zupa -rosół z makaronem i zieloną pietruszką, DESER: Mleczko smakowe, pieczywo chrupkie, banan, rzodkiewka, woda.<br>1,3,7,9                         | Ryż, kurczak w potrawce, gotowana marchewka z groszkiem, papryka, sok.<br>1,3,7,9               |
| 06.02.2026<br>piątek       | Pieczyno mieszane, masło, pasta z tuńczyka z koperkiem, gotowane jajko ze szczypiorkiem, ogórek zielony, papryka, herbata owocowa.<br>1,3,7                           | Zupa ogórkowa z zieloną pietruszką, DESER: butka z masłem, pomidor, kalarepa, sok<br>1,3,7,9                                                         | Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym, surówka z jabłka i marchewki, sok.<br>1,3,7,9        |
| 09.02.2026<br>poniedziałek | Pieczyno mieszane, masło, powidlą, kaszka na gęsto, papryka, rzodkiewka biała, herbata ziołowa.<br>1,6,7,11                                                           | Zupa z fasolki szparagowej z zieloną pietruszką, DESER: jogurt naturalny z malinami, marchewka, woda niegazowana.<br>1,3,7,9                         | Kasza, gulasz mięsny, surówka z kapusty modrej, sok<br>1,3,7,9                                  |
| 10.02.2026<br>wtorek       | Pieczyno mieszane, masło, polędwica sopocka, ser biały ze szczypiorkiem, kielki, papryka, kawa zbożowa.<br>1,3,7                                                      | Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką, DESER: Pączki, mandaryna, winogrono, marchewka, woda niegazowana.<br>1,7,9                                      | Makaron z sosem pomidorowo – warzywnym, surówka z ogórka kiszzonego z cebulką, sok<br>1,3,7,9   |
| 11.02.2026<br>środa        | Pieczyno mieszane, masło, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, dżem, zielony ogórek, pomidor, herbata z cytryn a i miodem,<br>1,3,7                                | Zupa krem z pieczarek z prażonym słonecznikiem, i zieloną pietruszką, DESER: Kawiorek z masłem, jabłko, marchewka, woda niegazowana.<br>1,3,7,9      | Ziemniaki, gotowane pulpety z sosem śmietanowym, surówka z kapusty białej, sok.<br>1,3,7,9      |
| 12.02.2026<br>Czwartek     | Pieczyno mieszane, masło, szynka drobiowa, ser żółty, kielki, sałata, ogórek kiszony, mleko.<br>1,3,7                                                                 | Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką, Deser: kefir z truskawkami, chatka z masłem, kalarepa, woda niegazowana.<br>1,3,7,9                          | Placki z jabłkiem, surówka z selera i rodzynekami z jogurtem naturalnym, sok.<br>1,3,7,9        |
| 13.02.2026<br>piątek       | Pieczyno mieszane, masło, jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, rzodkiewka, pomidor, koktajlowy, herbata ziołowa.<br>1,3,7                                            | Zupa – Krupnik z zieloną pietruszką. DESER: Budyń, jabłko, marchewka, woda niegazowana.<br>1,3,7,9                                                   | Ziemniaki, ryba z pieca , surówka z kapusty kiszzonej, sok.<br>1,3,7,9                          |

Przedszkole nr 3 zastrzega sobie prawo do zmiany w jadłospisie.

Woda niegazowana podawana na życzenie dzieci.