Arkadiusz Muszyński
ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

Jadłospis od 2.11. - 6.11.2026 r – menu przedszkola

Poniedziałek – 2.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb wiejski z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **szynka gotowana, pomidor, herbata z cytryną**
Obiad	**Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką** /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morska, śmietana z mleka, przyprawy/ **Makaron „świderki" z serem białym i jogurtem naturalnym z brzoskwiniami** /makaron pszenny: muszelki: mąka pszenna – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, cukier/ **Woda mineralna**
Podwieczorek	**Chlebek kukurydziany z masłem** /mąka kukurydziana, mąka pszenna– gluten, mąka żytnia– gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, **pasztet pieczony** /mięso wp., jajko, mąka pszenna – gluten, mleko w proszku, mleko/, **ogórek kiszony**
Wtorek – 3.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb staropolski** (żytni domowy) **z masłem** /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek**, **kakao na mleku 2%**
Obiad	**Zupa ogórkowa z ziemniakami** /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 30% z mleka, masło, ziemniaki, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ **Wolno pieczony schab w sosie pieczeniowym, kasza gryczana, buraczki zasmażane** /schab, mąka typ 500 - gluten, marchewka, cebula, seler, pietruszka, kasza gryczana, buraki, śmietana 30% z mleka, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Domowy deserek owocowy malinowy** /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, świeże maliny, cukier/ + **pałki kukurydziane**
Środa – 4.11.26 r	
Śniadanie	**Kaszka manna na mleku** /mleko, kasza manna - gluten/, **chleb graham z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **wiejski twarożek ze szczypiorkiem** /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/
Obiad	**Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką** /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna – gluten, przyprawy/ **Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, mizeria** /filet z kurczaka, mąka pszenna - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, jogurt z mleka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, jogurt grecki z mleka, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Chałka z masłem** /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże/ **+ powidła śliwkowe + marchewka gotowana „mini"**

Czwartek - 5.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb pszenno-żytni z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/**, schab pieczony, papryka, herbata z cytryną**
Obiad	**Barszcz czerwony zabielany z ziemniakami** /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, śmietana 30% z mleka, zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/ **Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i soku z pomarańczy** /mąka pszenna- gluten, ser biały z mleka, ziemniaki, cebula, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Budyń czekoladowy** /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, **wafle ryżowe**

Piątek – 6.11.26 r	
Śniadanie	**Bułka grahamka z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/**, ser żółty** /z mleka/**, pomidor, kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	**Krem z czerwonej soczewicy z pomidorami i grzankami pełnoziarnistymi** /wywar warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, soczewica, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ **Pulpeciki rybne w cieście naleśnikowym, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem** /filet z dorsza – ryba, mąka typ 500 – gluten, jajka, mleko, ziemniaki, fasolka, masło z mleka, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Ciasto szpinakowe z jabłkami** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, szpinak mrożony, jabłka, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten, cukier trzcinowy/ **+ owoc sezonowy**

Arkadiusz Muszyński
ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

Jadłospis od 9.11. - 13.11.2026 r – menu przedszkola

Poniedziałek – 9.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb staropolski** (żytni domowy) **z masłem** /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **kiełbasa krakowska, papryka, kakao na mleku 2%**
Obiad	**Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami** /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, śmietana 30% z mleka, pietruszka natka, zielony groszek, ziemniaki, przyprawy/ **Leczo wegetariańskie z ciecierzycą, kasza bulgur** /kasza bulgur - gluten, papryka kolorowa, cukinia, passata pomidorowa, cebula, czosnek, ciecierzyca, oliwa z oliwek, przyprawy/ **Woda mineralna**
Podwieczorek	**Chlebek kukurydziany z masłem** /mąka kukurydziana, mąka pszenna– gluten, mąka żytnia– gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/**, mozzarella** /z mleka/ **z oliwkami zielonymi i czarnymi, i pomidorem**
Wtorek – 10.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb pszenno-żytni z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/**, pasta jajeczna ze szczypiorkiem** /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, **herbata z cytryną**
Obiad	**Zupa koperkowa z ryżem** /wywar mięsny: kaczka, śmietana 30% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż, przyprawy/ **Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella i pomidorem, ziemniaki, surówka colesław** /filet z kurczaka, ser mozzarella z mleka, pomidor, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta biała, cebula. marchewka, majonez, cytryna, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Jogurt naturalny** /jogurt z mleka/ **z mango i chrupkami kukurydzianymi**
Środa – 11.11.26 r	
Czwartek – 12.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb foremka „cegiełka” z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **ser żółty** /z mleka/**, pomidor, herbata żurawinowa**
Obiad	**Krem z białych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi** /kalafior, ziemniaki, pietruszka, karczochy, por, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ **Leniwe z musem truskawkowym i jogurtem naturalnym** /ziemniaki, ser biały z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, masło z mleka, truskawki, jogurt naturalny, cukier/ **Kompot**
Podwieczorek	**Pieczywo chrupkie 3 zboża** /mąka pszenna, żytnia – gluten/, **domowy humus** /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/ **+ marchewka gotowana „mini”**

Piątek – 13.11.26 r	
Śniadanie	**Rogalik z makiem** /mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, mak, sól, masło z mleka/**, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią** /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, **kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	**Zupa pomidorowa z makaronem** /wywar warzywny: marchewka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny- gluten, zielona pietruszka, przyprawy/ **Dorsz w sosie cytrynowo- ziołowym, ziemniaki, mix warzyw gotowanych: brokuł, marchewka, kalafior** /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, śmietana z mleka, cytryna, koperek, ziemniaki, masło z mleka, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Ciasto buraczane „brownie" z kawałkami gorzkiej czekolady** /mąka pszenna – gluten, mąka razowa – gluten, jaja, olej rzepakowy, kakao naturalne, buraki, gorzka czekolada, cukier trzcinowy, proszek do pieczenia – gluten/ **+ owoc sezonowy**

Arkadiusz Muszyński
ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

Jadłospis od 16.11. - 20.11.2026 r – menu przedszkola

Poniedziałek – 16.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb wiejski z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **ser żółty** /z mleka/, **pomidor, kakao na mleku 2%**
Obiad	**Barszcz biały z kiełbasą i ziemniakami** /kiełbasa, barszcz w butelce - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, śmietana 30% z mleka, sól morska, pieprz/ **Meksykańskie chili sin carne z ryżem basmati** /soczewica czerwona, pomidory pelati, papryka czerwona, fasola czerwona, kukurydza, cebula, ryż basmati, przyprawy **Woda mineralna**
Podwieczorek	**Racuszki z jabłkami** /mleko 2,0%, mąka pszenna- gluten, jajka, jabłka, olej, cukier/
Wtorek – 17.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb żytni razowy z masłem** /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **twarożek biały** /ser biały z mleka/ + **konfitura owocowa, herbata z cytryną**
Obiad	**Krem z dyni, batatów i marchewki z mleczkiem kokosowym i groszkiem ptysiowym** /wywar warzywny: marchewka, bataty, dynia, seler, imbir, ziemniaki, śmietana 30% z mleka, mąka pszenna– gluten, mleczko kokosowe, groszek ptysiowy: jajko, olej, mąka pszenna - gluten, sól, przyprawy/ **Pieczeń z szynki w sosie paprykowo - pieczeniowym, kasza perłowa, ogórek kiszony** /mięso: szynka wieprzowa, mąka z amarantusa, mąka typ 500 - gluten, papryka, cebula, marchewka, kasza perłowa - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Mus owocowy (malinowy) z jogurtem naturalnym** /jogurt z mleka/**, ciasteczka cynamonki domowe** /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, sól, jajka, mąka pszenna, aromat waniliowy, skórka z pomarańczy, cynamon, miód/
Środa – 18.11.26 r	
Śniadanie	**Pszenica w miodzie z mlekiem 2%** /mleko, pszenica – gluten, miód/**, chleb graham z masłem** /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, **jajko, sos ketchupowo – majonezowy, pomidor**
Obiad	**Zupa kalafiorowa z makaronem i zieloną pietruszką** /kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny – gluten, pietruszka natka, lubczyk, sól morska, majeranek, koper, pieprz/ **Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, ziemniaki, marchewka z groszkiem na ciepło** /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, bułka tarta - gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, marchewka, groszek, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Bułka z ziarnami z masłem** /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna**:** siemię lniane, słonecznik, sezam/, **pasta: twarożek typu „tzatziki”** /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, ogórek zielony/**, papryka**

Czwartek - 19.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb staropolski** (żytni domowy) **z masłem** /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **szynka wiejska, ogórek zielony, herbata żurawinowa**
Obiad	**Zupa pomidorowa z makaronem** /wywar warzywny: marchewka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny- gluten, zielona pietruszka, przyprawy/ **Pierogi z serem białym i musem jagodowym** /mąka pszenna - gluten, ser z mleka, jagody, cukier/ **Kompot**
Podwieczorek	**Mini „pizzerinki" z serem mozzarella** /mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, pomidory pelati, ser mozzarella z mleka, przyprawy/, **oliwki czarne i zielone**

Piątek – 20.11.26 r	
Śniadanie	**Bułka grahamka z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/**, zielona pasta z awokado z serem białym, pieczonymi warzywami i mielonymi pestkami słonecznika** /ser biały z mleka, awokado, marchewka, brokuł, cukinia, pestki słonecznika, jogurt naturalny z mleka/**, kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	**Zupa ogórkowa z ryżem** /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana z mleka, masło, ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ **Chrupiąca rybka w płatkach owsianych, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem** /filet z dorsza - ryba, mąka pszenna - gluten, mąka kukurydziana, płatki owsiane – gluten, bułka tarta, jajka, mleko 2%, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy / **Kompot**
Podwieczorek	**Ciasto korzenne z selerem** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jaja, olej rzepakowy, cukier trzcinowy, seler, mus jabłkowy, goździki, cynamon, imbir, proszek do pieczenia – gluten/ **+ owoc sezonowy**

Arkadiusz Muszyński
ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

Jadłospis od 23.11. – 30.11.2026 r – menu przedszkola

Poniedziałek – 23.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb pszenno-żytni z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/**, pasztet pieczony** /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/**, ogórek kiszony, herbata z cytryną**
Obiad	**Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem, drobną biała fasolką i ziemniakami** /wywar warzywny; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, pietruszka natka, ziemniaki, zielony groszek, fasolka biała mini, przyprawy/ **Ryż zapiekany z jabłkami i gruszkami oraz polewą jogurtową - cynamonową** /ryż biały, jabłka, gruszki, cynamon, jogurt z mleka, przyprawa: wanilia, miód/ **Woda mineralna**
Podwieczorek	**Chleb z siemieniem lnianym z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, **ser żółty /**z mleka/, **pomidor**
Wtorek – 24.11.26 r	
Śniadanie	**Bułka kajzerka z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, /, **pasta rybna z łososia** /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/, **kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	**Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką** /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna – gluten, przyprawy/ **Duszony filet z indyka w sosie koperkowym, kasza perłowa, surówka z białej kapusty z marchewką** /filet z indyka, cebula, czosnek, bazylia, oregano, śmietana 30%, koperek, cebula, kasza perłowa – gluten, biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Pana cotta z musem z malin** /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny mrożone/**, pałki kukurydziane**
Środa – 25.11.26 r	
Śniadanie	**Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną** /mleko, płatki jęczmienne - gluten/**, chałka z masłem** /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże/ **i konfiturą owocową**
Obiad	**Krem wielowarzywny z grzankami pełnoziarnistymi /**wywar warzywny: marchewka, seler, brokuł, kalafior, groszek zielony, jogurt naturalny z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ **Spaghetti bolońskie** /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, cebula, seler, marchew, por, ser mozzarella, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Ciasto „pumpkin pie" z dyni** /mąka pszenna – gluten, mąka razowa – gluten, jaja, puree z pieczonej dyni, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten, cukier waniliowy, cukier trzcinowy/ + **owoc sezonowy**

Czwartek – 26.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb wiejski z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **polędwica z indyka, pomidor**, **herbata z cytryną**
Obiad	**Barszcz czerwony zabielany z ziemniakami** /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, śmietana 30% z mleka, zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/ **Naleśniki z serem białym i polewą malinową** //mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, cukier brązowy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Tortilla z szynką, serkiem śmietanowym i sałatą zieloną /**mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, mleko, ser z mleka, szynka, sałata zielona, przyprawy/ **+ owoc sezonowy**
Piątek – 27.11.26 r	
Śniadanie	**Bułka grahamka z masłem** /mąka graham 2000 – gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/**, pasta jajeczna ze szczypiorkiem** /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, **kakao na mleku 2%**
Obiad	**Zupa pomidorowa z ryżem /**wywar warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, ryż, przyprawy/ **Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kapusty czerwonej z jabłkami i cebulką** /filet z ryb białych, mąka typ 500 - gluten, olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, ziemniaki, kapusta czerwona, cebula, ogórek kiszony, jabłko, olej, przyprawy/ **Kompot**
Podwieczorek	**Serek ziarnisty** /twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól/, **grissini /**mąka pszenna – gluten, olej słonecznikowy, sól, drożdże, oliwa z oliwek/**, papryka**
Poniedziałek – 30.11.26 r	
Śniadanie	**Chleb staropolski** (żytni domowy) **z masłem** /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **ser żółty /**z mleka/**, pomidor, herbata z cytryną**
Obiad	**Żurek staropolski z ziemniakami** /wywar mięsny (kiełbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 30% z mleka, przyprawy/ **Pampuchy z musem z owoców leśnych** /mąka pszenna – gluten, jajko, mleko, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, borówka, jeżyna, malina, cukier/ **Woda mineralna**
Podwieczorek	**Chleb z siemieniem lnianym z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, **szynka wiejska, papryka**