

ŻM3.0171.8.2026

## JADŁOSPIS ŻŁOBEK 14.09 – 18.09.2026

|                     | PONIEDZIAŁEK                                                                                                                                         | WTOREK                                                                                                                                  | ŚRODA                                                                                                                                                                               | CZWARTEK                                                                                                                             | PIĄTEK                                                                                                                                               |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ŚNIADANIE</b>    | Płatki jęczmienne na mleku<br>Kanapka (chleb razowy) z pastą jajeczną na jogurcie naturalnym z pomidorem i rzodkiewką<br>Herbata malinowa, bez cukru | Płatki ryżowe na mleku<br>Kanapka (chleb żytni jasny) z pastą z fasoli, ogórek<br>Herbata owocowa, bez cukru                            | Płatki jaglane na mleku<br>Filet z piersi kurczaka – wędlina własnego wyrobu<br>Kanapka (chleb słonecznikowy) z masłem, kolorową papryką i szpinakiem<br>Herbata miętowa, bez cukru | Płatki owsiane na mleku<br>Paprykarz – wyrób własny<br>Kanapka (chleb wiejski) z masłem i ogórkiem<br>Herbata truskawkowa, bez cukru | Płatki kukurydziane na mleku<br>Jajecznica<br>Kanapka (chleb grama) z masłem, pomidorem i czerwoną papryką<br>Herbata malinowa, bez cukru            |
| <b>II ŚNIADANIE</b> | Nektarynka                                                                                                                                           | Banan                                                                                                                                   | Jabłko                                                                                                                                                                              | Melon                                                                                                                                | Gruszka                                                                                                                                              |
| <b>OBIAD</b>        | Zupa gulaszowa<br>Racuchy z jabłkiem<br>Woda z pomarańczą                                                                                            | Rosół z kurczaka z makaronem<br>Potrawka z kurczaka z groszkiem i marchewką<br>Puree ziemniaczane z koperkiem<br>Woda z cytryną i miętą | Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem<br>Wegański gulasz curry z ciecierzycą, warzywami i ryżem<br>Kompot śliwkowy, bez cukru                                                       | Krem z brokułów na wywarze warzywnym<br>Spaghetti bolognese<br>Ogórek słupki<br>Kompot owocowy, bez cukru                            | Zupa ogórkowa z ryżem<br>Filet rybny panierowany<br>Ziemniaki z koperkiem<br>Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem naturalnym<br>Woda z pomarańczą |
| <b>PODWIECZOREK</b> | Kanapka (bułka wek) z serkiem śmietankowym i świeżym ogórkiem<br>Herbata owoce lasu, bez cukru                                                       | Ciasto owocowe na maślanie<br>Woda                                                                                                      | Jogurt grecki z miodem i malinami                                                                                                                                                   | Bułka kruszak z masłem i powidłem śliwkowym<br>Kawa zbożowa na mleku<br>Jabłko                                                       | Koktajl truskawkowy na mleku<br>Chrupki kukurydziane                                                                                                 |

Ponadto wszystkie dzieci pomiędzy posiłkami mają stały dostęp do wody

UWAGA: **Żłobek zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie.**