

Jadłospis przedszkolny

Marzec 2026

Poniedziałek 02-03-2026	• Płatki jaglane na mleku (250) • Pieczywo mieszane (35) z masłem (6) • Szynka drobiowa / twarożek z ziołami (15) • Rządkiówka, rozspanka (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa jarzynowa (250) • Kolorowy kociołek z indyka z warzywami (150) • Ryż curry (130) • Kompot jabłko - gruszką (200)	• Pasztecik drożdżowy z pieczoną śliwką i cynamonem (50) • Pomarańcza (80) • Napar imbirowy (200)
Alergeny	1, 7,	7, 3	1, 3, 7
Wtorek 03-03-2026	• Kakao na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35) z masłem (6) • Pasta jajeczna/szynka staropolska (50) • Papryka, sałata (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa pomidorowa z ryżem (250) • Kurczak w masle (80) • Ziemniaki (130) • Surówka z sałaty lodowej z brzoskwinia (80) • Kompot wieloowocowy (śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Tartaletki kruche z budyniem i czekoladową posypką (40) • Jabłko (80) • Zimowa herbatka z pomarańczową z goździkami i anyżem (200)
Alergeny	1, 3, 7	1, 3, 7	1, 7, 3,
Środa 04-03-2026	• Płatki kukurydziane (30) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35) z masłem (6) • Domowy serek almette / kielbasa żywiecka (30) • Rukola, ogórek (50) • Herbatka owocowa (200)	• Barszcz czerwony (250) • Kotlet mielony z pieca (80) • Kasza jęczmienna (130) • Surówka z kapusty pekińskiej i ogórka kiszzonego (100) • Kompot wieloowocowy (śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Tost z serem i szynką (80) • Śliwką suszoną (20) • Paluch otrębowy (40) • Herbata ziołowa (200)
Alergeny	1, 3, 7	1, 3, 7	1, 7
Czwartek 05-03-2026	• Makaron na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35) z masłem (6) • Kielbaska z fileta drobiowego / hummus klasyczny z ziarnami (50) • Papryka do chrupania/szpinał (50) • Herbatka owocowa (200)	• Krem z pieczonych warzyw z groszkiem ptysiowym (250) • Pierogi z mięsem i cieciorą (200) • Surówka z parzonej czerwonej kapusty (90) • Kompot wieloowocowy (śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Domowy chlebek bananowy z waniliową pastą twarogową z pestkami granata (20) • Mandarynka (80) • Napar z czystką (200)
Alergeny	1, 7, 11	1, 7, 10	1, 3, 7
Piątek 06-03-2026	• Płatki owsiane (20) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35) z masłem (6) • Połędwica sopocka / domowe dżem truskawkowy (40) • Pomidor, kielki (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa brokułowa (250) • Łosoś pieczony (80) • Kasza kús kús (150) • Colesław (80) • Kompot wieloowocowy (śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Bułka z pastą z zielonego groszku (60) • Banan (80) • Napar z lipy (200)
Alergeny	1, 7, 12	1, 4, 7,	1, 3, 7

DYREKTOR
 Szkoły Podstawowej nr 404
 im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

 mgr Monika Prochot

Jadłospis przedszkolny

Marzec 2026

Poniedziałek 09-03-2026	• Płatki jaglane na mleku (250) • Pieczywo mieszane (35) z masłem(6) • Szynka staropolska / ser żółty (15) • Rzodkiewka, roszonek (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa ogórkowa (250) • Makaronowe wstążki w sosie Monte Carlo z duszoną wieprzowiną (250) • Surówka z kapusty pekińskiej (90) • Kompot z owoców leśnych i jabłek (200)	• Bułeczka orkiszowa z budyniem (50) • Banan (80) • Napar imbirowy (200)
Alergeny	1, 7,	7, 3	1, 5, 7
Wtorek 10-03-2026	• Kakao na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Jajecznica na masle /szynka staropolska (30) • Papryka, sałata (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa pomidorowa z drobnym makaronem (250) • Kotlecik drobiowy smażony w płatkach kukurydżianych (80) • Ziemniaki(130) • Marchewka z groszkiem (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Budyń kokosowy z kaszy jaglanej z musem truskawkowym (150) + chałka • Mandarynka (80) • Zimowa herbatka z pomarańczową z goździkami i anyżem (200)
Alergeny	1, 3, 7	1, 3, 7	1, 7, 3,
Środa 11-03-2026	• Płatki kukurydżiane (30) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Hummus klasyczny/kiełbasa żywiecka (30) • Rukola, ogórek (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa zacierkowa (250) • Schab w sosie własnym (80) • Kasza kús kús (130) • Surówka z sałaty lodowej (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	Baby box • Makaronowe kokardki z jogurtem naturalnym i musem mango (180) • Gruszka (80) • Bawarka z cynamonem (200)
Alergeny	1, 3, 7, 11	1, 3, 7	1, 7
Czwartek 12-03-2026	• Kakao na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Schab pieczony w majeranku /domowe dżem truskawkowy (30) • Papryka do chrupania/ogórek kiszony (50) • Herbatka owocowa (200)	• Krem z marchewki z groszkiem ptysiowym(250) • Gnocchi w sosie szpinakowym (250) • Surówka z parzonej czerwonej kapusty (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Grahamka z pastą warzywną z suszonymi pomidorami, ciociorką i kiełkową czuprynką (90) • Ogórek do chrupania (30) • Napar z czystką (200)
Alergeny	1, 7	1, 3, 7	1, 7
Piątek 13-03-2026	• Płatki ryżowe (20) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Domowy serek almette/półdzwica sopocka (20) • Pomidor, kiełki (30) • Herbatka owocowa (200)	• Rosół z kaszą Kus Kus i kluseczkami mięsnymi(250) • Kotlecik twarogowy z łososiem (80) • Ryż (150) • Surówka z kapusty kiszonej i marchewki (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka)	• Buraczane brownie z gorzką czekoladą (60) • Jabłko (80) • Napar z lipy (200)
Alergeny	1, 7,	1, 4, 7,	1, 3, 7

Jadłospis przedszkolny

Marzec 2026

Poniedziałek 16-03-2026	• Płatki kukurydziane (30) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Ser żółty / polędwica z indyka (15) • Ogórek świeży, szpinak(30) • Herbatka owocowa (200)	• Barszcz ukraiński (250) • Makaronowe sprężynki w sosie serowym z warzywami (250) • Jabłko (100) • Kompot z owoców leśnych i jabłek (200)	• Rogal pełnoziarnisty z masłem i pastą z cieciorki i szynką (85) • Ogórek kiszony (80) • Herbatka malinowa (200)
Alergeny	1, 7	1,3,7	1,7
Wtorek 17-03-2026	• Mleko do picia (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Pasta twarogowa z pieczonym łososiem /schab środkowy pieczony w ziołach (15) • Papryka, kiełki (20) • Herbatka owocowa (200)	• Rosół z drobnym makaronem(250) • Rolada wieprzowa ze szpinakiem (80) • Ziemniaki (130) • Buraczki (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Mini szarlotki z kruszonką razową (60) • Banan (80) • Herbata ziołowa(200)
Alergeny	1, 4, 7	1, 3, 7	1, 3, 7
Środa 18-03-2026	• Płatki jaglane (30) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Pasta z zielonego groszku /polędwica sopocka (40) • Rżodkiewka, sałata(50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa zacierkowa (250) • Udko z kurczaka pieczone w warzywach (130) • Ryż (150) • Surówka z sałaty lodowej (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Pudding z kaszy manny z nasionami chia i musem bananowo - porzeczkowym (150) • Pieczywo chrupkie (20) • Napar z melisy (200)
Alergeny	1, 3, 7	1, 7	1,7
Czwartek 19-03-2026	• Kakao na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Jajo na twardo z sosem chrzanowym/kiełbasa żywiecka (15) • Ogórek do chrupania, rucola (50) • Herbatka owocowa (200)	• Krem z pomidorów z groszkiem ptysiowym (250) • Pierogi włoskie z serem mozzarella i suszonymi pomidorami (250) • Surówka z marchewki i chrzanem (100) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Grahamka z serem twarogowym i granatem (70) • Suszone jabłka (15) • Napar imbirowy(200)
Alergeny	1, 3, 7	1, 3, 6, 7	1, 7,
Piątek 20-03-2026	• Kasza manna (20) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Hummus paprykowy/szynka staropolska(15) • Pomidor, roszonek(50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa koperkowa z ryżem (250) • Nuggetsy z dorsza (80) • Ziemniaki (150) • Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem i marchewką(100) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Kasztanowe naleśniki z serem i sosem jogurtowo - malinowym (80) • Gruszka (80) • Napar różany (200)
Alergeny	1, 7, 11	1, 3, 4, 7	1, 3, 7

DOKŁADNIK
 Szkoły Podstawowej nr 404
 im. Włocławskiej Świętej Pomocy
 mgr Monika Prochot

Jadłospis przedszkolny

Marzec 2026

Poniedziałek 23-03-2026	• Płatki ryżowe na mleku (250) • Pieczywo mieszane (35) z masłem(6) • Szynka prasowana/ser żółty (16) • Rzodkiewka, rozszponka (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa kalafiorowa(250) • Gulasz z indyka z warzywami(130) • Ryż curry (130) • Ogórek kiszony (100) • Kompot śliwka-jabłko-cynamon (100)	• Bułeczka ziarnista z truskawkowym twarożkiem (80) • Banan (80) • Napar imbirowy (200)
Alergeny	1,7,	7,	1, 7
Wtorek 24-03-2026	• Kakao na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Pasta jajeczna ze szczypiorkiem /schab pieczony (15) • Papryka, sałata(50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa pomidorowa z makaronem (250) • Kotlecik drobiowy siekany w ziarnach (80) • Ziemniaki(130) • Surówka z białej kapusty (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Pudding z tapioki z gęstym musem z owoców leśnych (140) • Kukurydziane kręciolki (20) • Herbatka z dzikiej róży (200)
Alergeny	1, 3, 7	1, 3, 7	1, 7, 3,
Środa 25-03-2026 DZIEŃ GOFRA	• Płatki kukurydziane (30) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Twarożek z papryką/kiełbasa żywiecka (20) • Rukola, ogórek (50) • Herbatka owocowa (200)	• Barszcz biały (250) • Pulpeciki z wieprzowe w sosie koperkowym(130) • Kasza jęczmienna(130) • Surówka z kapusty pekińskiej i ogórka kiszzonego (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Gofry z twarożkiem waniliowym i pestkami granata i posypką z orkieszu ekspandowanego (150) • Mandarynka (80) • Napar z czystką (200)
Alergeny	1, 3, 7	1, 3, 7	1, 3, 7
Czwartek 26-03-2026	• Kakao na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Pasta z łososiem /Kiełbaski z fileta (50) • Papryka do chrupania, ogórek kiszony (50)/ • Herbatka owocowa (200)	• Kapuśniak (250) • Kluski leniwe z serem i bułeczką w sosie śmietanowo - owocowym (250) ○ Surówka z marchewki i jabłka (90) ○ Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Nuggetsy z kurczaka z pieca (60) • Pieczywo chrupkie (20) • Ogórek do chrupania (30) • Napar z hibiskusa (200)
Alergeny	1,3,4,7	1,3,7	1,3,
Piątek 27-03-2026	• Płatki owsiane (20) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35)z masłem (6) • Pasta z pieczonych warzyw /połędwica sopocka (20) • Pomidor, kiełki (50) • Herbatka owocowa (200)	• Rosół z makaronem (250) • Paluszki z dorsza pieczone (80) • Ziemniaki(150) • Kalafior gotowany (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Placuszki marchewkowe z siemieniem lnianym i sosem jogurtowym (80) • Jabłko (80) • Herbatka z pomarańczowa z goździkami i anyżem (200)
Alergeny	1,7,	1, 3, 4, 7,	1, 3, 7

Jadłospis przedszkolny

Marzec 2026

Poniedziałek 30-03-2026	• Płatki owsiane(30) na mleku (200) • Pieczywo mieszane (35) z masłem (6) • Szynka staropolska/ser mozzarella (15) • Ogórek świeży / szpinak (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa jarzynowa (250) • Bitki z indyką w potrawce majerankowej (130) • Kasza bulgur (150) • Surówka colesław (90) • Kompot śliwka-jabłko-cynamon (100)	• Grahamka z hummusem buraczanym i szynką (60) • Papryka do chrupania (30) • Napar z pomarańczą i goździkami (200)
Alergeny	1, 7	1, 7	1, 7, 11
Wtorek 31-03-2026	• Mleko do picia (200) • Pieczywo mieszane (35) z masłem (6) • Pasta jajeczna z wędzoną makrelą /schab pieczony (15) • Rzodkiewka, roszponka (50) • Herbatka owocowa (200)	• Zupa pomidorowa z ryżem (250) • Karkówka w sosie cebulowym (80) • Ziemniaki (150) • Surówka z ogórków i groszku (90) • Kompot wieloowocowy (Śliwki, wiśnie, truskawki, czarna porzeczka) (200)	• Jogurt naturalny z musem z pieczonych jabłek z siemieniem lnianym i cynamonem (150) • Talarki orkiszowe (6) • Herbatka hibiskusa i morwy (200)
Alergeny	1, 3, 4, 7	1, 3, 7	1, 7

DYREKTOR
 Szkoły Podstawowej nr 484
 im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
mgr Monika Prochot