Jadłospis przedszkole listopad

Dieta podstawowa

02.11.2026 **Poniedziałek**	03.11.2026 **Wtorek**	04.11.2026 **Środa**	05.11.2026 **Czwartek**	06.11.2026 **Piątek**
ŚNIADANIE **220g** Płatki kukurydziane na mleku ***Alergeny:*** *mleko* **30g** Kanapka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, żyto, mleko* **40g** Rzodkiewka **2g** Sałata **5g** Powidła śliwkowe **200g** Herbata owocowa	**ŚNIADANIE** **200ml** Kakao z mlekiem ***Alergeny:*** *mleko* **30g** Kanapka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, żyto, mleko* **15g** Pasta z tuńczyka ***Alergeny:*** *ryba, jaja, gorczyca, mleko* **40g** Ogórek małosolny **2g** Rukola **5g** Polędwica sopocka **200g** Herbata owocowa	**ŚNIADANIE** **212ml** Płatki owsiane na mleku ***Alergeny:*** *mleko, owies* **30g** Kanapka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, żyto, mleko* **5g** Kiełbasa żywiecka **20g** Pasta z białej fasoli **40g** Papryka czerwona **2g** Roszponka **200g** Herbata owocowa	**ŚNIADANIE** **200ml** Kawa zbożowa na mleku ***Alergeny:*** *żyto, jęczmień, mleko* **30g** Kanapka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, żyto, mleko* **10g** Pasta jajeczna ze szczypiorkiem ***Alergeny:*** *jaja, gorczyca* **5g** Szynka parzona **40g** Ogórek **2g** Kiełki lucerny **200ml** Herbata owocowa	**ŚNIADANIE** **200ml** Płatki jaglane na mleku ***Alergeny:*** *mleko* **30g** Kanapka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, żyto, mleko* **10g** Szynka wiejska **10g** Ser gouda tłusty ***Alergeny:*** *mleko* **40g** Pomidor **2g** Szpinak **200g** Herbata owocowa
ŚNIADANIE II **100g** Jabłko	**ŚNIADANIE II** **100g** Śliwki	**ŚNIADANIE II** **100g** Gruszka	**ŚNIADANIE II** **100g** Banan	**ŚNIADANIE II** **100g** Mandarynki
OBIAD **200ml** Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym ***Alergeny:*** *seler, mleko* **20g** Prażona ciecierzyca **30ml** Pesto słonecznikowe **40g** Makaron pełnoziarnisty ***Alergeny:*** *pszenica* **100g** Sałatka grecka **200ml** Woda z cytryną	**OBIAD** **200ml** Zupa pomidorowa z ryżem ***Alergeny:*** *seler, mleko* **60g** Kotlet z kurczaka w panierce ***Alergeny:*** *jaja, pszenica* **150g** Ziemniaki gotowane **100g** Mizeria z jogurtem ***Alergeny:*** *mleko* **200ml** Kompot owocowy	**OBIAD200ml** Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym ***Alergeny:*** *seler, mleko* **120g** Kluski leniwe z bułką tartą i jogurtem greckim ***Alergeny:*** *mleko, jaja, pszenica* **100g** Surówka z marchewki z ananasem ***Alergeny:*** *mleko* **200ml** Woda z cytryną	**OBIAD** **200ml** Krem z soczewicy z pestkami dyni ***Alergeny:*** *seler* **60g** Kłopsy wieprzowe w sosie pomidorowym ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, mleko* **40g** Kasza pęczak na sypko ***Alergeny:*** *mleko, jęczmień* **100g** Buraczki duszone ***Alergeny:*** *pszenica* **200ml** Kompot owocowy	**OBIAD** **200ml** Rosół drobiowy z makaror ***Alergeny:*** *seler, pszenica* **60g** Filet z miruny w cieście ***Alergeny:*** *ryba, pszenica, jaja* **120g** Ziemniaki gotowane **100g** Surówka z kapusty pekiński marchewką ***Alergeny:*** *mleko, jaja, gorczyca* **200ml** Woda z miętą
PODWIECZOREK **60g** Bułka pełnoziarnista z serkiem śmietankowym ***Alergeny:*** *pszenica, mleko* **50g** Śliwki **150g** Herbata z kwiatu hibiskusa	**PODWIECZOREK** **150g** Jogurt grecki z nasionami chia i musem mango ***Alergeny:*** *mleko* **20g** Bułki pszenne grahamki ***Alergeny:*** *pszenica* **50g** Marchewka do chrupania	**PODWIECZOREK** **50g** Bułka grahamka z masłem i schabem pieczonym ***Alergeny:*** *pszenica, mleko* **30g** Ogórek **150ml** Lemoniada	**PODWIECZOREK** **60g** Makaron z jabłkami, jogurtem greckim i cynamonem ***Alergeny:*** *mleko, pszenica* **5g** Słomka ptysiowa pełna nasion ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, sezam* **150ml** Woda z cytryną i miętą	**PODWIECZOREK** **50g** Racuchy drożdżowe ***Alergeny:*** *mleko, jaja, pszenica* **100g** Banan **150ml** Herbata z kwiatu hibiskus bez cukru

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
mgr Monika Prochot

Jadłospis przedszkole listopad

Dieta podstawowa

09.11.2026 Poniedziałek

ŚNIADANIE

- **160ml** Płatki kukurydziane na mleku
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **5g** Kiełbasa krakowska, sucha
- **15g** Ser edamski tłusty
  Alergeny: *mleko*
- **40g** Ogórek
- **2g** Szpinak
- **200g** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Jabłko

OBIAD

- **200ml** Barszcz czerwony z warzywami
  Alergeny: *seler, mleko*
- **180g** Spaghetti bolognese
  Alergeny: *pszenica*
- **80g** Sueówka włoska z sosem vineigrette
- **200ml** Woda z cytryną

PODWIECZOREK

- **60g** Bułka pełnoziarnista z serkiem śmietankowym
  Alergeny: *żyto, mleko*
- **100g** Banan
- **150g** Herbata czystek

10.11.2026 Wtorek

ŚNIADANIE

- **200ml** Kakao z mlekiem
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **20g** Jajecznica ze szczypiorkiem
  Alergeny: *jaja, mleko*
- **5g** Schab pieczony
- **40g** Papryka czerwona
- **5g** Rukola
- **150ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Gruszka

OBIAD

- **200ml** Krem z białych warzyw z grzankami na wywarze warzywnym
  Alergeny: *seler, pszenica, żyto*
- **80g** Udko z kurczaka pieczone
- **150g** Ziemniaki
- **100g** Surówka z białej kapusty Colesław
  Alergeny: *jaja, gorczyca*
- **200ml** Kompot wieloowocowy

PODWIECZOREK

- **150ml** Budyń jaglany na mleku
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Mus truskawkowy własnego wyrobu
- **150ml** Woda z cytryną
- **50g** Jabłko

12.11.2026 Czwartek

ŚNIADANIE

- **200ml** Mleko krowie, 2% tłuszczu
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **20g** Jajko gotowane
  Alergeny: *jaja*
- **10g** Szynka wiejska
- **40g** Ogórek kiszony
- **5g** Sałata
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Banan

OBIAD

- **200ml** Zupa jarzynowa
  Alergeny: *seler*
- **200g** Ryż z jabłkami
  Alergeny: *mleko*
- **110g** Surówka z marchewki z ananasem
  Alergeny: *mleko*
- **200ml** Kompot wieloowocowy

PODWIECZOREK

- **60g** Tost grahamowy z polędwicą z indyka
  Alergeny: *pszenica, mleko*
- **40g** Warzywa do chrupania
- **150g** Lemoniada cytrynowa

13.11.2026 Piątek

ŚNIADANIE

- **200g** Kasza manna na mleku
  Alergeny: *mleko, pszenica*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **5g** Kiełbasa żywiecka
- **5g** Dżem morelowy, niskosłodzony
- **40g** Pomidor
- **5g** Kiełki brokułu
- **150ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Jabłko

OBIAD

- **200ml** Zupa brokułowa
  Alergeny: *seler*
- **65g** Paluszki rybne pieczone
  Alergeny: *pszenica, ryba*
- **150g** Ziemniaki z koperkiem
- **100g** Surówka z kapusty kiszonej z marchewką
- **200ml** Woda z miętą

PODWIECZOREK

- **80g** Naleśniki z serem
  Alergeny: *pszenica, jaja, mleko*
- **50g** Mus truskawkowy własnego wyrobu
- **50g** Śliwki
- **150g** Herbata z kwiatu hibiskusa

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
mgr Monika Prochot

Jadłospis przedszkole listopad

Dieta podstawowa

16.11.2026 Poniedziałek

ŚNIADANIE

- **200ml** Płatki jaglane na mleku
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **5g** Polędwica sopocka
- **5g** Ser mozzarella
  Alergeny: *mleko*
- **40g** Rzodkiewka
- **3g** Roszponka
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Jabłko

OBIAD

- **200ml** Zupa ogórkowa
  Alergeny: *seler, mleko*
- **250g** Lasagne z patelni w sosie pomidorowym
  Alergeny: *mleko, pszenica*
- ***80g*** *Saurówka z sałaty lodowej w sosie vinaigrette*
- **150ml** Woda z miętą

PODWIECZOREK

- **35g** Bułka grahamka z masłem
  Alergeny: *pszenica, mleko*
- **50g** Twarożek ze szczypiorkiem
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Rzodkiewka
- **40g** Ogórek

17.11.2026 Wtorek

ŚNIADANIE

- **200ml** Kakao z mlekiem
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **15g** Pasta jajeczna ze szczypiorkiem
  Alergeny: *jaja, gorczyca*
- **5g** Szynka kanapkowa
- **40g** Ogórek
- **5g** Szpinak
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Banan

OBIAD

- **200ml** Krupnik z kaszą pęczak
  Alergeny: *seler, jęczmień*
- **60g** Kotlet schabowy panierowany
  Alergeny: *pszenica, jaja, mleko*
- **130g** Ziemniaki
- **80g** Surówka z białej kapusty, marchewki i koperku
- **200ml** Kompot wieloowocowy

PODWIECZOREK

- **80g** Jogurt grecki z nasionami chia i musem malinowym
  Alergeny: *mleko*
- **50g** Śliwki
- **150ml** Woda z cytryną
- **10g** Słomka ptysiowa pełna nasion

18.11.2026 Środa

ŚNIADANIE

- **160ml** Płatki ryżowe na mleku
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **5g** Szynka parzona
- **20g** Hummus z pomidorem suszonym i natką pietruszki
- **40g** Rzodkiewka
- **2g** Roszponka
- **150ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Śliwki

OBIAD

- **200ml** Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem
  Alergeny: *seler, mleko*
- **160g** Pierogi z soczewicą
  Alergeny: *pszenica*
- **100g** Surówka z kapusty czerwonej z marchewką
- **200ml** Woda

PODWIECZOREK

- **80g** Mandarynki
- **150ml** Herbata rumiankowa
- **40g** Mini szarlotka z cynamonem
  Alergeny: *pszenica, jaja, mleko*

19.11.2026 Czwartek

ŚNIADANIE

- **200ml** Kawa zbożowa na mleku
  Alergeny: *żyto, jęczmień, mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **20g** Twarożek ze szczypiorkiem
  Alergeny: *mleko*
- **5g** Kiełbasa żywiecka
- **40g** Pomidor
- **5g** Kiełki brokułu
- **150ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Gruszka

OBIAD

- **200ml** Krem z dyni i batatów
  Alergeny: *seler*
- **10g** Groszek ptysiowy
  Alergeny: *pszenica*
- **80g** Kurczak w maśle
  Alergeny: *mleko,*
- **120g** Kasza jaglana, gotowana
- **100g** Mizeria z jogurtem naturalnym
  Alergeny: *mleko*
- **200ml** Kompot wieloowocowy

PODWIECZOREK

- **120g** Tost francuki z chałki z serem
  Alergeny: *mleko, pszenica*
- **50g** Jabłko
- **150ml** Woda

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr [illegible]
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
mgr Monika Prochot

20.11.2026 Piątek

ŚNIADANIE

- **200ml** Płatki kukurydziane na ml
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **15g** Powidła śliwkowe
- **10g** Polędwica z indyka
- **40g** Rzodkiewka
- **4g** Sałata
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Mandarynki

OBIAD

- **200ml** Rosół z kaszą Kus Kus i kluseczkami mięsnymi
  Alergeny: *seler, pszenica*
- **80g** Pulpeciki z miruny w sosie koperkowym
  Alergeny: *pszenica, jaja, mleko, ryba*
- **150g** Ziemniaki
- **100g** Mini marchewki z masłem
  Alergeny: *mleko*
- **200ml** Woda

PODWIECZOREK

- **40g** Domowe ciasteczko owsiane pestkami dyni, słoneczniki, sezan
  Alergeny: *mleko, owies, jaja, sezam*
- **100g** Banan
- **150ml** Herbata z melisy

Jadłospis przedszkole listopad

Dieta podstawowa

23.11.2026 Poniedziałek

ŚNIADANIE

- **160ml** Płatki ryżowe na mleku
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **5g** Szynka z indyka
- **5g** Ser gouda tłusty
  Alergeny: *mleko*
- **40g** Ogórek małosolny
- **2g** Roszponka
- **150ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Jabłko

OBIAD

- **200ml** Krupnik z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym
  Alergeny: *seler*
- **40g** Wegański sos boloński z soczewicą
- **40g** Makaron pełnoziarnisty
  Alergeny: *pszenica*
- **100g** Sałata lodowa z sosem vinaigrete
- **200ml** Woda z cytryną

PODWIECZOREK

- **60g** Bułeczki drożdżowe z nadzieniem serowym
  Alergeny: *pszenica, mleko*
- **50g** Śliwki
- **150ml** Herbata czystek, bez cukru

24.11.2026 Wtorek

ŚNIADANIE

- **200g** Kakao
  Alergeny: *mleko*
- **40g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **20g** Pasta jajeczna
  Alergeny: *jaja, gorczyca*
- **10g** Szynka z piersi kurczaka
- **40g** Rzodkiewka
- **5g** Rukola
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Banan

OBIAD

- **200ml** Zupa pomidorowa z ryżem
  Alergeny: *seler, mleko*
- **60g** Kotlet wieprzowy mielony z pieca
  Alergeny: *pszenica, jaja*
- **130g** Ziemniaki
- **100g** Mizeria z jogurtem
  Alergeny: *mleko*
- **200ml** Kompot wieloowocowy

PODWIECZOREK

- **145g** Jogurt naturalny z musem mango i bananem z posypką z preparowanej gryki
  Alergeny: *mleko*
- **50g** Jabłko
- **150ml** Woda z miętą

25.11.2026 Środa

ŚNIADANIE

- **200ml** Owsianka na mleku
  Alergeny: *mleko, owies*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **5g** Schab pieczony
- **15g** Pasta jarzynowa
  Alergeny: *jaja, mleko, gorczyca*
- **40g** Papryka czerwona
- **5g** Rukola
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **60g** Śliwki

OBIAD

- **200ml** Zupa warzywna
  Alergeny: *seler*
- **120g** Pierogi ruskie
  Alergeny: *pszenica, jaja, mleko*
- **100g** Surówka z czerwonej kapusty
  Alergeny: *mleko*
- **200ml** Woda

PODWIECZOREK

- **60g** Rogale pszenne kruche
  Alergeny: *pszenica, jaja, mleko*
- **5g** Szynka parzona
- **50g** Mandarynki
- **50g** Ogórek
- **200ml** Herbata rumiankowa

26.11.2026 Czwartek

ŚNIADANIE

- **200g** Kasza manna na mleku
  Alergeny: *mleko, pszenica*
- **40g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, jęczmień, owies, mleko*
- **5g** Kiełbasa żywiecka
- **20g** Pasta z cieciorki z pomidorami suszonymi
- **40g** Ogórek
- **5g** Kiełki brokułu
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Gruszka

OBIAD

- **200ml** Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami
  Alergeny: *seler*
- **180g** Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem
- **100g** Surówka z białej kapusty z koperkiem
  Alergeny: *gorczyca*
- **200ml** Kompot wieloowocowy

PODWIECZOREK

- **50g** Kanapka z wiśniowym twarożkiem
  Alergeny: *pszenica, jaja, mleko*
- **50g** Śliwki
- **150ml** Woda z cytryną

27.11.2026 Piątek

ŚNIADANIE

- **200g** Zacierka na mleku
  Alergeny: *mleko, pszenica*
- **40g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **10g** Szynka wiejska
- **5g** Dżem truskawkowy, niskosłodzony
- **40g** Pomidor
- **5g** Roszponka
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Mandarynki

OBIAD

- **200ml** Rosół drobiowo- wołowy z makaronem
  Alergeny: *seler, pszenica*
- **80g** Filet z miruny pieczony z warzywami
  Alergeny: *ryba*
- **130g** Kasza kus kus
- **100g** Surówka z kapusty kiszonej
- **200ml** Woda z miętą

PODWIECZOREK

- **40g** Kakaowe pancake z twarożki sosem jogurtowym
  Alergeny: *mleko, jaja, pszenica*
- **80g** Jabłko
- **150g** Lemoniada cytrynowa

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
mgr Monika Prochot

Jadłospis przedszkole listopad

Dieta podstawowa

30.11.2026 Poniedziałek

ŚNIADANIE

- **160ml** Płatki kukurydziane na mleku
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **5g** Kiełbasa krakowska, sucha
- **40g** Ogórek
- **2g** Szpinak
- **15g** Ser tylżycki tłusty
  Alergeny: *mleko*
- **200g** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Jabłko

OBIAD

- **150ml** Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem
  Alergeny: *seler, mleko*
- **150g** Chili sin carne
- **60g** Kasza bulgur
  Alergeny: *pszenica*
- **80g** Sałata z pomidorem, ogórkiem i nasionami słonecznika
  Alergeny: *mleko*
- **150ml** Woda z miętą

PODWIECZOREK

- **60g** Zapiekanka tostowa z polędwicą z indyka
  Alergeny: *pszenica, mleko*
- **50g** Ogórek słupki
- **200ml** Herbata z melisy

01.12.2026 Wtorek

ŚNIADANIE

- **200g** Kakao
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **20g** Jajecznica ze szczypiorkiem
  Alergeny: *jaja, mleko*
- **5g** Schab pieczony
- **40g** Papryka czerwona
- **5g** Rukola
- **150ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Gruszka

OBIAD

- **200ml** Krem z dyni
  Alergeny: *mleko*
- **20g** Groszek ptysiowy
  Alergeny: *pszenica*
- **100g** Pierś z kurczaka w płatkach kukurydzianych
  Alergeny: *mleko, jaja, pszenica*
- **40g** Ryż brązowy
- **100g** Mizeria z jogurtem naturalnym
  Alergeny: *mleko*
- **200ml** Woda z pomarańczą

PODWIECZOREK

- **120g** Deser malinowy z siemieniem lnianym
  Alergeny: *mleko*
- **40g** Banan
- **150g** Lemoniada cytrynowa

02.12.2026 Środa

ŚNIADANIE

- **160ml** Owsianka na mleku
  Alergeny: *mleko, owies*
- **40g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **10g** Polędwica z indyka
- **20g** Hummus klasyczny z suszonymi pomidorami I natką pietruszki
  Alergeny: ***sezam***
- **5g** Sałata
- **40g** Papryka czerwona
- **200g** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **60g** Śliwki

OBIAD

- **200ml** Zupa zacierkowa
  Alergeny: *seler, mleko, pszenica*
- **10g** Grzanki do zupy
  Alergeny: *pszenica*
- **130g** Naleśniki z twarogiem
  Alergeny: *jaja, pszenica, mleko*
- **100g** Surówka z marchewki i jabłka
- **200ml** Woda z cytryną

PODWIECZOREK

- **50g** Bułka grahamka z szynką i serem z sałatą i ogórkiem
  Alergeny: *pszenica, mleko*
- **50g** Ogórek słupki
- **150ml** Herbata czystek, bez cukru

03.12.2026 Czwartek

ŚNIADANIE

- **200ml** Mleko krowie, 2% tłuszczu
  Alergeny: *mleko*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **50g** Jajko gotowane
  Alergeny: *jaja*
- **10g** Szynka wiejska
- **40g** Pomidor
- **5g** Sałata
- **200ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Banan

OBIAD

- **200ml** Rosół drobiowo- wołowy z makaronem
  Alergeny: *seler, pszenica*
- **60g** Gołąbki bez zawijania z szynki wieprzowej w sosie pomidorowym
- **80g** Kasza gryczana
- **100g** Ogórek kiszony
- **150ml** Woda z cytryną i miętą

PODWIECZOREK

- **30g** Brownie buraczane
  Alergeny: *pszenica, jaja*
- **100g** Gruszka
- **180ml** Bawarka
  Alergeny: *mleko*

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
mgr Monika Prochot

04.12.2026 Piątek

ŚNIADANIE

- **200g** Kasza manna na mleku
  Alergeny: *mleko, pszenica*
- **30g** Kanapka z masłem
  Alergeny: *pszenica, żyto, mleko*
- **5g** Pasztet domowy drobiowy
- **5g** Dżem morelowy, niskosłodzo
- **40g** Rzodkiewka
- **5g** Kiełki brokułu
- **150ml** Herbata owocowa

ŚNIADANIE II

- **100g** Mandarynki

OBIAD

- **200ml** Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem
  Alergeny: *seler, mleko*
- **80g** Paluszki rybne pieczone
  Alergeny: *pszenica, ryba*
- **70g** Ziemniaki gotowane
- **100g** Surówka z kapusty pekińsk marchewką
  Alergeny: *mleko, jaja, gorczyca*
- **200ml** Kompot owocowy

PODWIECZOREK

- **60g** Naleśniki czekoladowe z twarogiem
  Alergeny: *jaja, pszenica, mleko*
- **20g** Czekoladowy mikołaj
  Alergeny: *mleko, orzechy*
- **200ml** Woda z cytryna i miętn