

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 27.01.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Miód wielokwiatowy Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z mussem truskawkowym (7)	Zupa krem z zielonych warzyw z groszek ptyśowy (1,9)	Shoarma drobiowa z kurczaka Ziemniaki gotowane Warzywa gotowane (kalafior, brokuł, marchewka) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + biszkopty bez cukru (1,3)
--	--	--	--	------------------------------------

WTOREK 28.01.2025 **DZIEŃ KUCHNI HISZPAŃSKIEJ**

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Łagodne salami wieprzowe (6,9,10) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Pomarańcza	Krem pomidorowy w stylu hiszpańskim a la gazpacho z grzankami (1,9)	Paella z kurczakiem na żółtym ryżu z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Salsa pomidorowa łagodna + nachosy naturalne z solą
--	------------	---	--	---

ŚRODA 29.01.2025

Waniliowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Twarożek (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Mandarynka	Kapuśniak z ziemniakami (9)	Makaron spaghetti w sosie bolognese z warzywami i mięsem drobiowym posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-marakuja na jogurcie naturalnym (7)
--	------------	-----------------------------	---	---

CZWARTEK 30.01.2025

Płatki jaglane na mleku z bananem (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka domowa (9) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy (7)	Zupa pieczarkowa z makaronem i warzywami (1,7,9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1) Ziemniaki gotowane Buraczki tarte Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
--	---------------------	--	---	--------------------------------

PIĄTEK 31.01.2025

Kakao na mleku (1,7)/ Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta łososiowa (3,4,10) Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Galaretka owocowa z kawałkami owoców	Zupa fasolowa z kiełbaską i warzywami (9,10)	Kopytka ze smażoną cebulką (1) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką polana dressingiem koperkowym Kompot owocowy/Woda	Mleko naturalne w kartoniku (7) + banan
--	--------------------------------------	--	---	---

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Łubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

Według norm IŻŻ dzienne zapotrzebowanie kaloryczne dla dzieci w wieku 4-6 lat wynosi: 1400 kcal



JADŁOSPIS DIETA BEZMLECZNA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 27.01.2025

Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek roślinny z tofu (6) Miód wielokwiatowy Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny kokosowy z musem truskawkowym	Zupa krem z zielonych warzyw z chrupiącymi grzankami (1,9)	Shoarma drobiowa z kurczaka Ziemniaki gotowane Warzywa gotowane (kalafior, brokuł, marchewka) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + biszkopty bez cukru (1,3)
---	--	--	--	------------------------------------

WTOREK 28.01.2025 DZIEŃ KUCHNI HISZPAŃSKIEJ

Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Salami wieprzowe Ser żółty roślinny Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Pomarańcza	Krem pomidorowy w stylu hiszpańskim a la gazpacho z grzankami (1,9)	Paella z kurczakiem na żółtym ryżu z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Salsa pomidorowa łagodna + nachosy naturalne z solą
--	------------	---	--	---

ŚRODA 29.01.2025

Waniliowa owsianka na napoju roślinnym (1)/Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Twarożek roślinny z tofu (6) Warzywa: rozspanka, ogórek, papryka czerwona	Mandarynka	Kapuśniak z ziemniakami (9)	Makaron spaghetti w sosie bolognese z mięsem drobiowym posypane serem mozzarella b/m (1,9) Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-marakuja na jogurcie roślinnym kokosowym
---	------------	-----------------------------	---	--

CZWARTEK 30.01.2025

Płatki jaglane na napoju roślinnym z bananem/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka domowa (9) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy roślinny	Zupa pieczarkowa z makaronem i warzywami b/m (1,9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1) Ziemniaki gotowane Buraczki tarte Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
--	--------------------------	--	---	--------------------------------

PIĄTEK 31.01.2025

Kakao na napoju roślinnym (1)/ Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Pasta łososiowa (3,4,10) Jajecznica ze szczypiorkiem b/m (3) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Galaretko owocowa z kawałkami owoców	Zupa fasolowa z kiełbaską i warzywami (9,10)	Kopytka ze smażoną cebulką (1) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką z dressingiem koperkowym Kompot owocowy/Woda	Napój roślinny + banan
--	--------------------------------------	--	--	------------------------

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Lubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

JADŁOSPIS DIETA Z OGRANICZENIEM PRODUKTÓW ZAWIERAJĄCYCH GLUTEN

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 27.01.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Twarożek (7) Miód wielokwiatowy Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z mussem truskawkowym (7)	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami b/g (9)	Shoarma drobiowa z kurczaka Ziemniaki gotowane Warzywa gotowane (kalafior, brokuł, marchewka) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + herbatniki bezglutenowe (3)
--	--	--	--	--------------------------------------

WTOREK 28.01.2025 **DZIEŃ KUCHNI HISZPAŃSKIEJ**

Kakao na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Łagodne salami wieprzowe (6,9,10) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Pomarańcza	Krem pomidorowy w stylu hiszpańskim a la gazpacho z grzankami b/g (9)	Paella z kurczakiem na żółtym ryżu z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Salsa pomidorowa łagodna + nachosy naturalne z solą
---	------------	---	--	---

ŚRODA 29.01.2025

Waniliowa owsianka b/g na mleku (7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Twarożek (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Mandarynka	Kapuśniak z ziemniakami (9)	Makaron spaghetti b/g w sosie bolognese z warzywami i mięsem drobiowym posypane serem mozzarella (7,9) Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-marakuja na jogurcie naturalnym (7)
---	------------	-----------------------------	---	---

CZWARTEK 30.01.2025

Płatki jaglane na mleku z bananem (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szynka domowa (9) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy (7)	Zupa pieczarkowa z makaronem b/g i warzywami (7,9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej b/g Ziemniaki gotowane Buraczki tarte Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
--	---------------------	--	---	--------------------------------

PIĄTEK 31.01.2025

Kakao na mleku (7)/ Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Pasta łososiowa (3,4,10) Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Galaretka owocowa z kawałkami owoców	Zupa fasolowa z kiełbaską i warzywami (9,10)	Kopytka b/g ze smażoną cebulką Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką polana dressingiem koperkowym Kompot owocowy/Woda	Mleko naturalne w kartoniku (7) + banan
---	--------------------------------------	--	---	---

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Łubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

JADŁOSPIS DIETA BEZJAJECZNA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 27.01.2025

Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Twaroże (7)
Miód wielokwiatowy
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny z musem truskawkowym (7)

Zupa krem z zielonych warzyw z chrupiącym grzankami (1,9)

Shoarma drobiowa z kurczaka
Ziemniaki gotowane
Warzywa gotowane (kalafior, brokuł, marchewka)
Kompot owocowy/Woda

Jabłko + ciasteczka jaglane

WTOREK 28.01.2025 **DZIEŃ KUCHNI HISZPAŃSKIEJ**

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Salami wieprzowe
Ser żółty Gouda (7)
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Pomarańcza

Krem pomidorowy w stylu hiszpańskim a la gazpacho z grzankami (1,9)

Paella z kurczakiem na żółtym ryżu z kolorowymi warzywami
Kompot owocowy/Woda

Salsa pomidorowa łagodna + nachosy naturalne

ŚRODA 29.01.2025

Waniliowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata owocowa
Masło (7)
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)
Twarożek (7)
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Mandarynka

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Makaron spaghetti w sosie bolognese z mięsem drobiowym posypane serem mozzarella (1,7,9)
Kompot owocowy/Woda

Koktajl mango-marakuja na jogurcie naturalnym (7)

CZWARTEK 30.01.2025

Płatki jaglane na mleku z bananem (7)/Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Szynka domowa (9)
 Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek

Serek waniliowy (7)

Zupa pieczarkowa z makaronem i warzywami (1,9)

Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1)
Ziemniaki gotowane
Buraczki tarte
Kompot owocowy/Woda

Gruszka + chrupki kukurydziane

PIĄTEK 31.01.2025

Kakao na mleku (7)/ Herbata wieloowocowa
Masło (7)
Pieczywo pszenne (1)
Pasta łososiowa (4,10)
Tofucznicza ze szczypiorkiem (6)
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Galaretka owocowa z kawałkami owoców

Zupa fasolowa z kiełbaską i warzywami (9,10)

Kopytka ze smażoną cebulką (1)
Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką z dressingiem koperkowym
Kompot owocowy/Woda

Mleko naturalne w kartoniku (7) + banan

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Łubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.

JADŁOSPIS DIETA WEGETARIAŃSKA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 27.01.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twaroże (7) Miód wielokwiatowy Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z musem truskawkowym (7)	Zupa krem z zielonych warzyw z groszek ptysiowy (1,9)	Vege „gyros” z fasoli (1) Ziemniaki gotowane Warzywa gotowane (kalafior, brokuł, marchewka) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + biszkopty bez cukru (1,3)
---	---	---	--	------------------------------------

WTOREK 28.01.2025 **DZIEŃ KUCHNI HISZPAŃSKIEJ**

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Ser żółty Gouda (7) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Pomarańcza	Krem pomidorowy w stylu hiszpańskim a la gazpacho z grzankami (1,9)	Paella z falafelem z ciecierzycy, na żółtym ryżu z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Salsa pomidorowa łagodna + nachosy naturalne
--	------------	---	--	--

ŚRODA 29.01.2025

Waniliowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Twarożek (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Mandarynka	Kapuśniak z ziemniakami (9)	Makaron spaghetti w sosie bolognese z soczewicą czerwoną posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-marakuja na jogurcie naturalnym (7)
--	------------	-----------------------------	---	---

CZWARTEK 30.01.2025

Płatki jaglane na mleku z bananem (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy (7)	Zupa pieczarkowa z makaronem i warzywami (1,7,9)	Nuggetsy wegetariańskie (1) Ziemniaki gotowane Buraczki tarte Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
--	---------------------	--	--	--------------------------------

PIĄTEK 31.01.2025

Kakao na mleku (7)/ Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta warzywna z ciecierzycy Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Galaretkę owocową z kawałkami owoców	Zupa fasolowa z kiełbaską roślinną i warzywami (9,10)	Kopytka ze smażoną cebulką (1) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką z dressingiem koperkowym Kompot owocowy/Woda	Mleko naturalne w kartoniku (7) + banan
--	--------------------------------------	---	--	---

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/11: 1-Zboża zawierające gluten, 2-Skorupiaki i produkty pochodne, 3-Jaja i produkty pochodne, 4-Ryby i produkty pochodne, 5-Orzechy ziemne i produkty pochodne, 6-Soja i produkty pochodne, 7-Mleko i produkty pochodne, 8-Orzechy i produkty pochodne, 9-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Sezam i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki, 13-Lubin i produkty pochodne, 14-Mięczaki i produkty pochodne. Dodatkowo informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.