

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 03.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Dżem owocowy niskosłodzony Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt bananowy (7)	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptyśowym (1,3,7,9)	Kolorowy smażony ryż z kurczakiem i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
---	---------------------	---	---	--------------------------------

WTOREK 04.03.2025

Kasza manna na mleku z jabłuszkami prażonymi (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka krakowska sucha (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa krupnik z kaszą jaglaną i warzywami (9)	Makaron z ciecierzycą w sosie szpinakowo-śmietanowy z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (1,7)	Mleko naturalne w kartoniku (7) + banan
---	--------	--	---	---

ŚRODA 05.03.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Pasta z zielonego groszku (własnej roboty) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Koktajl mango na kefirze (7)	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym z indyka (1,9)	Stripsy z kurczaka w panierce kukurydzianej Puree ziemniaczane Surówka z czerwonej kapusty z kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Muffinka biszkoptowa (1,3,7) + sok owocowo warzywny (jabłko, dynia)
--	------------------------------	--	---	---

CZWARTEK 06.03.2025

Cynamonowa owsianka z orzechami włoskimi (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka połędwica sopocka (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pomidorowy z bazylią i grzankami (1,9)	Bitki schabowe w sosie własnym Kasza jęczmienna perłowa (1) Surówka szwedzka z cebulką (10) Kompot owocowy/Woda	Deserek panna cotta z musem truskawkowym (7) + wafelek ryżowy
--	-------	--	--	---

PIĄTEK 07.03.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Jajko gotowane na twardo (3) Pasta z dorsza pieczonego z marchewką (własnej roboty) (4) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel truskawkowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (7,9)	Kluseczki leniwe (1,7) Polewa jogurtowo-jagodowa (7) Kompot owocowy/Woda	Pieczywo chrupkie razowe z serkiem naturalnym i słupkami warzywnymi (marchew, ogórek, papryka) (1,7)
---	-------------------------------------	---	--	--

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.

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

JADŁOSPIS DIETA BEZMLECZNA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 03.03.2025

Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek roślinny z tofu (6) Dżem owocowy niskosłodzony Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt bananowy roślinny	Zupa krem z białych warzyw z grzankami (1,9)	Kolorowy smażony ryż z kurczakiem i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
---	--------------------------	--	---	--------------------------------

WTOREK 04.03.2025

Kasza manna na napoju roślinnym z jabłuszkiem prażonym (1)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka krakowska sucha (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa krupnik z kaszą jaglaną i warzywami (9)	Makaron z ciecierzycą w sosie szpinakowo-śmietanowy b/m z pomidorkami koktajlowymi i serem roślinnym (1)	Soczek owocowy w kartoniku + banan
---	--------	--	--	------------------------------------

ŚRODA 05.03.2025

Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty roślinny Pasta z zielonego groszku (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Koktajl mango na napoju roślinnym	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym z indyka (1,9)	Stripsy z kurczaka w panierce kukurydzianej Puree ziemniaczane Surówka z czerwonej kapusty z kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Muffinka biszkoptowa (1) (własnej roboty) + sok owocowo warzywny (jabłko, dynia)
--	-----------------------------------	--	---	--

CZWARTEK 06.03.2025

Cynamonowa owsianka z orzechami włoskimi na napoju roślinnym (1,8)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka połędwica sopocka (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pomidorowy z bazylią i grzankami (1,9)	Bitki schabowe w sosie własnym Kasza jęczmienna perłowa (1) Surówka szwedzka z cebulką (10) Kompot owocowy/Woda	Deserek panna cotta (na napoju roślinnym) z musem truskawkowym - wafelek ryżowy
--	-------	--	--	---

PIĄTEK 07.03.2025

Kakao na napoju roślinnym/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Jajko gotowane na twardo (3) Pasta z dorsza pieczonego z marchewką (własnej roboty) (4) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel truskawkowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (9)	Kopytka ziemniaczane (1) Polewa jogurtowo-jagodowa na jogurcie kokosowym Kompot owocowy/Woda	Pieczywo chrupkie razowe z serkiem roślinnymi i słupkami warzywnymi (marchew, ogórek, papryka) (1,6,7)
---	-------------------------------------	---	--	--

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 03.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Dżem owocowy niskosłodzony Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt bananowy (7)	Zupa krem z białych warzyw z grzankami (1,9)	Kolorowy smażony ryż z kurczakiem i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
---	---------------------	--	---	--------------------------------

WTOREK 04.03.2025

Kasza manna na mleku z jabłuszkiem prażonym (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka krakowska sucha (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa krupnik z kaszą jaglaną i warzywami (9)	Makaron z ciecierzycą w sosie szpinakowo-śmietanowy z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (1,7)	Mleko naturalne w kartoniku (7) + banan
--	--------	--	---	---

ŚRODA 05.03.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Pasta z zielonego groszku (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Koktajl mango na kefirze (7)	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym z indyka (1,9)	Stripsy z kurczaka w panierce kukurydzianej Puree ziemniaczane Surówka z czerwonej kapusty z kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Muffinka biszkoptowa (własnej roboty) (1,7) + sok owocowo warzywny (jabłko dynia)
---	------------------------------	--	---	---

CZWARTEK 06.03.2025

Cynamonowa owsianka z orzechami włoskimi (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka połędwica sopocka (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pomidorowy z bazylią i grzankami (1,9)	Bitki schabowe w sosie własnym Kasza jęczmienna perłowa (1) Surówka szwedzka z cebulką (10) Kompot owocowy/Woda	Deserek panna cotta z musem truskawkowym (7) + wafelek ryżowy
--	-------	--	--	---

PIĄTEK 07.03.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Ser żółty Gouda (1) Pasta z dorsza pieczonego z marchewką (własnej roboty) (4) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel truskawkowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (7,9)	Kluseczki leniwe (1,7) Polewa jogurtowo-jagodowa (7) Kompot owocowy/Woda	Pieczywo chrupkie razowe z serkiem naturalnym i słupkami warzywnymi (marchew, ogórek, papryka) (1,7)
--	-------------------------------------	---	--	--

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 WEGETARIAŃSKA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 03.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Dżem owocowy niskosłodzony Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt bananowy (7)	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)	Kolorowy smażony ryż z zielonym groszkiem i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
---	---------------------	--	---	--------------------------------

WTOREK 04.03.2025

Kasza manna na mleku z jabłuszkami prażonymi (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa krupnik z kaszą jaglaną i warzywami (9)	Makaron z ciecierzycą w sosie szpinakowo-śmietanowy z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (1,7)	Mleko naturalne w kartoniku (7) + banan
---	--------	--	---	---

ŚRODA 05.03.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Pasta z zielonego groszku (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Koktajl mango na kefirze (7)	Zupa zacierkowa na bulionie warzywnym (1,9)	Nuggetsy wegetariańskie (1) Puree ziemniaczane Surówka z czerwonej kapusty z kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Muffinka biszkoptowa (1,3,7) + sok owocowo warzywny
---	------------------------------	---	---	---

CZWARTEK 06.03.2025

Cynamonowa owsianka z orzechami włoskimi (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pomidorowy z bazylią i groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)	Falafel z kukurydzy i ciecierzycy (1) Kasza jęczmienna perłowa (1) Surówka szwedzka z cebulką (10) Kompot owocowy/Woda	Deserek panna cotta z musem truskawkowym (7) + wafelek ryżowy
--	-------	--	---	---

PIĄTEK 07.03.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Jajko gotowane na twardo (3) Pasta marchewkowa (własnej roboty) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel truskawkowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (7,9)	Kluseczki leniwe (1,7) Polewa jogurtowo-jagodowa (7) Kompot owocowy/Woda	Pieczywo chrupkie razem z serkiem naturalnym i słupkami warzywnymi (marchew, ogórek, papryka) (1,7)
--	-------------------------------------	---	--	--

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 03.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Twarożek (7) Dżem owocowy niskosłodzony Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt bananowy (7)	Zupa krem z białych warzyw z grzankami z chleba bezglutenowego (9)	Kolorowy smażony ryż z kurczakiem i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane
--	---------------------	--	---	--------------------------------

WTOREK 04.03.2025

Kasza kukurydziana na mleku z jabłuszkami prażonym (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szyńka krakowska sucha (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa krupnik z kaszą jaglaną i warzywami (9)	Makaron b/g z ciecierzycą w sosie szpinakowo-śmietanowy z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (7)	Mleko naturalne w kartoniku (7) + banan
---	--------	--	---	---

ŚRODA 05.03.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Ser żółty Mazdamer (7) Pasta z zielonego groszku (własnej roboty) Warzywa: rosłonka, ogórek, papryka czerwona	Koktajl mango na kefirze (7)	Zupa zacierkowa z makaronem bezglutenowym na bulionie drobiowym z indyka (9)	Stripsy z kurczaka w panierce kukurydzianej Puree ziemniaczane Surówka z czerwonej kapusty z kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Muffinka bezglutenowa z morelą (3) + sok owocowo warzywny
---	------------------------------	--	---	---

CZWARTEK 06.03.2025

Cynamonowa owsianka b/g z orzechami włoskimi (7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szyńka połędwica sopocka (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pomidorowy z bazylią i grzankami z chleba bezglutenowego (9)	Bitki schabowe w sosie własnym Kasza gryczana Surówka szwedzka z cebulką (10) Kompot owocowy/Woda	Deserek panna cotta z musem truskawkowym (7) + wafelek ryżowy
--	-------	--	--	---

PIĄTEK 07.03.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Jajko gotowane na twardo (3) Pasta z dorsza pieczonego z marchewką (własnej roboty) (4) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel truskawkowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (7,9)	Kluseczki leniwe bezglutenowe (7) Polewa jogurtowo-jagodowa (7) Kompot owocowy/Woda	Wafle kukurydziane z serkiem naturalnym i słupkami warzywnymi (marchew, ogórek, papryka) (7)
---	-------------------------------------	---	---	--

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.