

# JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 25.11.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata truskawkowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenno-żytnie (1)  
Miód wielokwiatowy  
Twarożek (7)  
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny z  
musem  
brzoskwinowym (7)

Zupa krem z cukinii z groszkiem  
ptysiowym (1,3,7,9)

Gulasz drobiowy z kurczaka  
Ziemniaki gotowane  
Mini marchewka paryska z oliwą  
Kompot owocowy/Woda

Baton daktylowy orzech-  
chia (8)

### WTOREK 26.11.2024

Waniliowa jaglanka na mleku (7)/Herbata malinowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenne (1)  
Szynka polędwica sopocka (6)  
Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Słupki owocowo-  
warzywne (*jabłko, gruszka,  
marchew*)

Barszcz czerwony z fasolą białą i  
warzywami (7,9)

Makaron z indykiem w sosie śmietanowo-pieczarkowym (1,7)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Banan + Talarki owsiane z  
błonnikiem bez cukru (1,7)

### ŚRODA 27.11.2024

Herbata miętowa  
Masło (7)  
Pieczywo żytnie (1)  
Ser żółty Cheddar (7)  
Hummus z pieczonego buraka z ciecierzycą (własnej roboty)  
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Kiwi

Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym  
(1,9)

Pieczone kotleciki rybne z miruny (1,4)  
Ziemniaki gotowane  
Marchewka z groszkiem  
Kompot owocowy/Woda

Koktajl bananowo-  
porzeczkowy na jogurcie  
naturalnym (7)

### CZWARTEK 28.11.2024

Czekoladowo-orzechowa owsianka na mleku (1,5,7)/Herbata  
czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Pierś wędzona z indyka  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Koktajl mango-lassi z  
miodem na jogurcie  
naturalnym (7)

Zupa jarzynowa z ziemniakami i  
brukselką (7,9)

Schab pieczony z warzywami w sosie własnym (9)  
Ryż paraboliczny  
Sałatka z ogórka kiszzonego (10)  
Kompot owocowy/Woda

Mandarynka + muffinka  
biskoptowa (1,3,7)

### PIĄTEK 29.11.2024

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata wieloowocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)  
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Sok jabłko-rabarbar  
(*Dolina Czerska*)

Zupa krem ziemniaczany z tymiankiem i  
groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)

Kluski na parze nadziewane jagodami z polewą jogurtowo-  
borówkową (1,3,7)  
Kompot owocowy/Woda

Gruszka + Pieczywo chrupkie  
razowe z serkiem  
kremowym i ogórkiem  
zielonym (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-Tubini 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 25.11.2024

Kakao na napoju roślinnym/Herbata truskawkowa  
Margaryna  
Pieczywo pszenno-żytnie (1)  
Miód wielokwiatowy  
Twarożek roślinny (6)  
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt kokosowy z musem brzoskwiniowym

Zupa krem z cukinii z grzankami (1,9)

Gulasz drobiowy z kurczaka  
Ziemniaki gotowane  
Mini marchewka paryska z oliwą  
Kompot owocowy/Woda

Baton daktylowy orzech-chia (8)

### WTOREK 26.11.2024

Waniliowa jaglanka na napoju roślinnym/Herbata malinowa  
Margaryna  
Pieczywo pszenne (1)  
Szynka połówkowa sopocka (6)  
Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Stupki owocowo-warzywne (jabłko, gruszka, marchew)

Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (9)

Makaron z indykiem w sosie śmietanowo-pieczarkowym b/m (1)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Banan + andruty (1)

### ŚRODA 27.11.2024

Herbata miętowa  
Margaryna  
Pieczywo żytnie (1)  
Ser żółty roślinny  
Hummus z pieczonego buraka z ciecierzycą (własnej roboty)  
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Kiwi

Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym (1,9)

Pieczone kotleciki rybne z miruny (1,4)  
Ziemniaki gotowane  
Marchewka z groszkiem  
Kompot owocowy/Woda

Koktajl bananowo-porczkowy na napoju roślinnym

### CZWARTEK 28.11.2024

Czekoladowo-orzechowa owsianka na napoju roślinnym (1,5)/Herbata czarna z cytryną  
Margaryna  
Pieczywo graham (1)  
Pierś wędzona z indyka  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Koktajl mango-lassi z miodem na jogurcie kokosowym

Zupa jarzynowa z ziemniakami i brukselką (9)

Schab pieczony z warzywami w sosie własnym (9)  
Ryż paraboliczny  
Sałatka z ogórka kiszzonego (10)  
Kompot owocowy/Woda

Mandarynka + muffinka biszkoptowa (własnej roboty) (1)

### PIĄTEK 29.11.2024

Płatki kukurydziane na napoju roślinnym/Herbata wieloowocowa  
Margaryna  
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)  
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Sok jabłko-rabarbar (Dolina Czerska)

Zupa krem ziemniaczany z tymiankiem i grzanki (1,9)

Kluski na parze z polewą jogurtowo-borówkową b/m (1,3)  
Kompot owocowy/Woda

Gruszka + Pieczywo chrupkie razowe z pastą warzywną i ogórkiem zielonym (1)

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 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 25.11.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata truskawkowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenno-żytnie (1)  
Miód wielokwiatowy  
Twarożek (7)  
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny z  
musem  
brzoskwinowym (7)

Zupa krem z cukinii z grzankami (1,9)

Gulasz drobiowy z kurczaka  
Ziemniaki gotowane  
Mini marchewka paryska z oliwą  
Kompot owocowy/Woda

Baton daktylowy orzech-  
chia (8)

### WTOREK 26.11.2024

Waniliowa jaglanka na mleku (7)/Herbata malinowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenne (1)  
Szynka polędwica sopocka (6)  
Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Stupki owocowo-  
warzywne (*jabłko, gruszka,  
marchew*)

Barszcz czerwony z fasolą białą i  
warzywami (7,9)

Makaron z indykiem w sosie śmietanowo-pieczarkowym (1,7)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Banan + Talarki owsiane z  
błonnikiem bez cukru (1,7)

### ŚRODA 27.11.2024

Herbata miętowa  
Masło (7)  
Pieczywo żytnie (1)  
Ser żółty Cheddar (7)  
Hummus z pieczonego buraka z ciecierzycą (własnej roboty)  
Warzywa: roszonka, ogórek, papryka czerwona

Kiwi

Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym  
(1,9)

Pieczone kotleciki rybne z miruny (1,4)  
Ziemniaki gotowane  
Marchewka z groszkiem  
Kompot owocowy/Woda

Koktajl bananowo-  
porzeczkowy na jogurcie  
naturalnym (7)

### CZWARTEK 28.11.2024

Czekoladowo-orzechowa owsianka na mleku (1,5,7)/Herbata  
czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Pierś wędzona z indyka  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Koktajl mango-lassi z  
miodem na jogurcie  
naturalnym (7)

Zupa jarzynowa z ziemniakami i  
brukselką (7,9)

Schab pieczony z warzywami w sosie własnym (9)  
Ryż paraboliczny  
Sałatka z ogórka kiszzonego (10)  
Kompot owocowy/Woda

Mandarynka + muffinka  
biskoptowa (własnej  
roboty) (1)

### PIĄTEK 29.11.2024

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata wieloowocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)  
Pasta warzywna z ciecierzycą  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Sok jabłko-rabarbar  
(*Dolina Czerska*)

Zupa krem ziemniaczany z tymiankiem i  
grzankami (1,9)

Kluski na parze nadziewane jagodami z polewą jogurtowo-  
borówkową (1,7)  
Kompot owocowy/Woda

Gruszka + Pieczywo chrupkie  
razowe z serkiem  
kremowym i ogórkiem  
zielonym (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-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 25.11.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata truskawkowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenno-żytnie (1)  
Miód wielokwiatowy  
Twarożek (7)  
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny z  
musem  
brzoskwiniowym (7)

Zupa krem z cukinii z groszkiem  
ptysiowym (1,3,7,9)

Gulasz warzywny z ciecierzycą  
Ziemniaki gotowane  
Mini marchewka paryska z oliwą  
Kompot owocowy/Woda

Baton daktylowy orzech-  
chia (8)

### WTOREK 26.11.2024

Waniliowa jaglanka na mleku (7)/Herbata malinowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenne (1)  
Szynka roślinna  
Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Stupki owocowo-  
warzywne (jabłko, gruszka,  
marchew)

Barszcz czerwony z fasolą białą i  
warzywami (7,9)

Makaron z zielonym groszkiem w sosie śmietanowo-pieczarkowym  
(1,7)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Banan + Talarki owsiane z  
błonniakiem bez cukru (1,7)

### ŚRODA 27.11.2024

Herbata miętowa  
Masło (7)  
Pieczywo żytnie (1)  
Ser żółty Cheddar (7)  
Hummus z pieczonego buraka z ciecierzycą (własnej roboty)  
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Kiwi

Zupa zacierkowa na bulionie warzywnym  
(1,9)

Nuggetsy wegetariańskie (1)  
Ziemniaki gotowane  
Marchewka z groszkiem  
Kompot owocowy/Woda

Koktajl bananowo-  
porzeczkowy na jogurcie  
naturalnym (7)

### CZWARTEK 28.11.2024

Czekoladowo-orzechowa owsianka na mleku (1,5,7)/Herbata  
czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Szynka roślinna  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Koktajl mango-lassi z  
miodem na jogurcie  
naturalnym (7)

Zupa jarzynowa z ziemniakami i  
brukselką (7,9)

Falafel pieczony z ciecierzycy i kukurydzy (1)  
Ryż paraboliczny  
Sałatka z ogórka kiszzonego (10)  
Kompot owocowy/Woda

Mandarynka + muffinka  
biskoptowa (1,3,7)

### PIĄTEK 29.11.2024

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata wieloowocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)  
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Sok jabłko-rabarbar  
(Dolina Czerska)

Zupa krem ziemniaczany z tymiankiem i  
groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)

Kluski na parze nadziewane jagodami z polewą jogurtowo-  
borówkową (1,3,7)  
Kompot owocowy/Woda

Gruszka + Pieczywo chrupkie  
razowe z serkiem  
kremowym i ogórkiem  
zielonym (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-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 Z OGRANICZENIEM PRODUKTÓW ZAWIERAJĄCYCH GLUTEN

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 25.11.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata truskawkowa  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Miód wielokwiatowy  
Twarożek (7)  
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny z  
musem  
brzoskwinowym (7)

Zupa krem z cukinii z grzankami  
bezglutenowymi (9)

Gulasz drobiowy z kurczaka  
Ziemniaki gotowane  
Mini marchewka paryska z oliwą  
Kompot owocowy/Woda

Brownie bezglutenowe z  
malinami (3)

### WTOREK 26.11.2024

Waniliowa jaglanka na mleku (7)/Herbata malinowa  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Szynka polędwica sopocka (6)  
Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Stupki owocowo-  
warzywne (*jabłko, gruszka,  
marchew*)

Barszcz czerwony z fasolą białą i  
warzywami (7,9)

Makaron b/g z indykiem w sosie śmietanowo-pieczarkowym (7)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Banan + wafle ryżowe

### ŚRODA 27.11.2024

Herbata miętowa  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Ser żółty Cheddar (7)  
Hummus z pieczonego buraka z ciecierzycą (własnej roboty)  
Warzywa: rosłonka, ogórek, papryka czerwona

Kiwi

Zupa zacierkowa z makaronem b/g na  
bulionie drobiowym (9)

Pieczone kotleciki rybne z miruny b/g (4)  
Ziemniaki gotowane  
Marchewka z groszkiem  
Kompot owocowy/Woda

Koktajl bananowo-  
porzeczkowy na jogurcie  
naturalnym (7)

### CZWARTEK 28.11.2024

Czekoladowo-orzechowa owsianka b/g na mleku (5,7)/Herbata  
czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Pierś wędzona z indyka  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Koktajl mango-lassi z  
miodem na jogurcie  
naturalnym (7)

Zupa jarzynowa z ziemniakami i  
brukselką (7,9)

Schab pieczony z warzywami w sosie własnym (9)  
Ryż paraboliczny  
Sałatka z ogórka kiszzonego (10)  
Kompot owocowy/Woda

Mandarynka + muffinka  
bezglutenowa z morelą (3)

### PIĄTEK 29.11.2024

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata wieloowocowa  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Sok jabłko-rabarbar  
(*Dolina Czerska*)

Zupa krem ziemniaczany z tymiankiem i  
grzanki b/g (9)

Kluski na parze b/g z polewą jogurtowo-borówkową (7)  
Kompot owocowy/Woda

Gruszka + Wafle ryżowe z  
serkiem kremowym i  
ogórkiem zielonym (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.