

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 31.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jabłko	Zupa krem tokański z pomidorów z bazylią i serem mozzarella (7,9)	Gulasz drobiowy Kasza bulgur (1) Mini marchewka gotowana Kompot owocowy/Woda	Mleczko w kartoniku (7) + Chrupki owsiane b/c (1,7)
--	--------	---	---	--

#### WTOREK 01.04.2025

Waniliowa kasza manna na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szyńka złota (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Maślanka brzoskwinia (7)	Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi grzankami (1,9)	Kotlet z piersi kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych Ziemniaki gotowane Surówka Colesław (3,10) Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z dżemem truskawkowym
--	--------------------------	---	--	------------------------------------

#### Środa 02.04.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Ser żółty Cheddar (7) Warzywa: rosłonka, ogórek, papryka czerwona	Melon	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem (7,9)	Makaron w sosie Carbonara z podsmażoną szynką wieprzową (1,7) Ogórek konserwowy (10) Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-jagoda na jogurcie naturalnym (7) + chrupki kukurydziane
--	-------	--	--	---

#### CZWARTEK 03.04.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Kiełbasa krakowska drobiowa (1,6,9) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Galaretko owocowa z kawałkami owoców	Grochówka z kiełbaską i ziemniakami (9,10)	Kopytka z cebulką (1) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką z dressingiem koperkowym Kompot owocowy/Woda	Grissini (1) + gruszka
---	--------------------------------------	--	---	------------------------

#### PIĄTEK 04.04.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Twarożek (7) Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Słupki warzywno-owocowe (marchew, jabłko, ogórek zielony)	Zupa jarzynowa z ziemniakami (7,9)	Kotlety rybne z miruny w sosie pomidorowym (1,4) Ryż paraboliczny Ogórek kiszony Kompot owocowy/Woda	Banan + talarki z błonnikiem bez cukru (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 31.03.2025

Herbata truskawkowa  
**Margaryna**  
**Pieczywo pszenno-żytnie (1)**  
**Jogurt naturalny roślinny z płatkami kukurydzianymi**  
**Ser żółty roślinny**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jabłko

**Zupa krem tokański z pomidorów z bazylią i serem roślinny (9)**

**Gulasz drobiowy**  
**Kasza bulgur (1)**  
**Mini marchewka gotowana**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Soczek w kartoniku wieloowocowy + andruty (1)**

#### WTOREK 01.04.2025

**Waniliowa kasza manna na napoju roślinnym (1)/Herbata czarna z cytryną**  
**Margaryna**  
**Pieczywo graham (1)**  
**Szynka złota (6)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Shake brzoskwiniowy na napoju roślinnym**

**Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi grzankami (1,9)**

**Kotlet z piersi kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych**  
**Ziemniaki gotowane**  
**Surówka Colesław (3,10)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Wafle ryżowe z dżemem truskawkowym**

#### Środa 02.04.2025

Herbata owocowa  
**Margaryna**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Kiełbaski śniadaniowe z keczupem**  
**Ser żółty roślinny**  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Melon

**Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem (9)**

**Makaron w sosie Carbonara z podsmażoną szynką wieprzową b/m (1)**  
**Ogórek konserwowy (10)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Koktajl banan-jagoda na jogurcie roślinny + chrupki kukurydziane**

#### CZWARTEK 03.04.2025

**Czekoladowa jaglanka na napoju roślinnym/Herbata czarna z cytryną**  
**Margaryna**  
**Pieczywo graham (1)**  
**Kiełbasa krakowska drobiowa (1,6,9)**  
 Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek

**Galaretka owocowa z kawałkami owoców**

**Grochówka z kiełbaską i ziemniakami (9,10)**

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

**Grissini (1) + gruszka**

#### PIĄTEK 04.04.2025

Herbata wieloowocowa  
**Margaryna**  
**Pieczywo pszenne (1)**  
**Twarożek roślinny (6)**  
**Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

**Słupki warzywno-owocowe (marchew, jabłko, ogórek zielony)**

**Zupa jarzynowa z ziemniakami (9)**

**Kotlety rybne z miruny w sosie pomidorowym (1,4)**  
**Ryż paraboliczny**  
**Ogórek kiszony**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + wafle kukurydziane**

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 31.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jabłko	Zupa krem tokański z pomidorów z bazylią i serem mozzarella (7,9)	Gulasz drobiowy Kasza jagłana Mini marchewka gotowana Kompot owocowy/Woda	Mleczko w kartoniku (7) + Wafle kukurydziane
--	--------	---	--	---

#### WTOREK 01.04.2025

Waniliowy ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szyńka złota (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Maślanka brzoskwinia (7)	Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi grzankami b/g (9)	Kotlet z piersi kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych Ziemniaki gotowane Surówka Colesław (3,10) Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z dżemem truskawkowym
--	--------------------------	---	--	------------------------------------

#### Środa 02.04.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Ser żółty Cheddar (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem (7,9)	Makaron b/g w sosie Carbonara z podsmażoną szynką wieprzową (7) Ogórek konserwowy (10) Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-jagoda na jogurcie naturalnym (7) + chrupki kukurydziane
---	-------	--	--	--

#### CZWARTEK 03.04.2025

Czekoladowa jagłanka na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szyńka złota (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Galaretkę owocową z kawałkami owoców	Grochówka z kiełbaską i ziemniakami (9,10)	Bezglutenowe kopytko z cebulką Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką z dressingiem koperkowym Kompot owocowy/Woda	Chrupki kukurydziane pałki + gruszka
--	--------------------------------------	--	--	--------------------------------------

#### PIĄTEK 04.04.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Twarożek (7) Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Słupki warzywno-owocowe (marchew, jabłko, ogórek zielony)	Zupa jarzynowa z ziemniakami (7,9)	Kotlety rybne z miruny w sosie pomidorowym b/g (4) Ryż paraboliczny Ogórek kiszony Kompot owocowy/Woda	Banan + suszone jabłuszka
--	---	------------------------------------	---	---------------------------

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 31.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jabłko	Zupa krem tokański z pomidorów z bazylią i serem mozzarella (7,9)	Gulasz drobiowy Kasza bulgur (1) Mini marchewka gotowana Kompot owocowy/Woda	Mleczko w kartoniku (7) + Chrupki owsiane b/c (1,7)
--	--------	---	---	--

#### WTOREK 01.04.2025

Waniliowa kasza manna na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szyńka złota (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Maślanka brzoskwinia (7)	Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi grzankami (1,9)	Kotlet z piersi kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych Ziemniaki gotowane Surówka Colesław b/j Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z dżemem truskawkowym
--	--------------------------	---	---	------------------------------------

#### Środa 02.04.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Ser żółty Cheddar (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem (7,9)	Makaron w sosie Carbonara z podsmażoną szynką wieprzową (1,7) Ogórek konserwowy (10) Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-jagoda na jogurcie naturalnym (7) + chrupki kukurydziane
--	-------	--	--	---

#### CZWARTEK 03.04.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Kiełbasa krakowska drobiowa (1,6,9) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Galaretkę owocową z kawałkami owoców	Grochówka z kiełbaską i ziemniakami (9,10)	Kopytka z cebulką (1) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką z dressingiem koperkowym Kompot owocowy/Woda	Grissini (1) + gruszka
---	--------------------------------------	--	---	------------------------

#### PIĄTEK 04.04.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Twarożek (7) Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Słupki warzywno-owocowe (marchew, jabłko, ogórek zielony)	Zupa jarzynowa z ziemniakami (7,9)	Kotlety rybne z miruny w sosie pomidorowym (1,4) Ryż paraboliczny Ogórek kiszony Kompot owocowy/Woda	Banan + talarki z błonnikiem bez cukru (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 31.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jabłko	Zupa krem tokański z pomidorów z bazylią i serem mozzarella (7,9)	Gulasz warzywny z vege „gyrosem” z fasoli (1) Kasza bulgur (1) Mini marchewka gotowana Kompot owocowy/Woda	Mleczko w kartoniku (7) + Chrupki owsiane b/c (1,7)
--	--------	---	---	--

#### WTOREK 01.04.2025

Waniliowa kasza manna na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Maślanka brzoskwinia (7)	Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi grzankami (1,9)	Vege nuggetsy w panierce (1) Ziemniaki gotowane Surówka Colesław (3,10) Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z dżemem truskawkowym
---	--------------------------	---	--	------------------------------------

#### Środa 02.04.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Kiełbaski śniadaniowe roślinne z keczupem Ser żółty Cheddar (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem (7,9)	Makaron w sosie Carbonara z podsmażoną ciecierzycą (1,7) Ogórek konserwowy (10) Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-jagoda na jogurcie naturalnym (7) + chrupki kukurydziane
---	-------	--	---	---

#### CZWARTEK 03.04.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Galaretkę owocową z kawałkami owoców	Grochówka ziemniakami (9,10)	Kopytka z cebulką (1) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką z dressingiem koperkowym Kompot owocowy/Woda	Grissini (1) + gruszka
---	--------------------------------------	------------------------------	---	------------------------

#### PIĄTEK 04.04.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Twarożek (7) Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Słupki warzywno-owocowe (marchew, jabłko, ogórek zielony)	Zupa jarzynowa z ziemniakami (7,9)	Falafel z ciecierzycy i kukurydzy w sosie pomidorowym (1,4) Ryż paraboliczny Ogórek kiszony Kompot owocowy/Woda	Banan + talarki z błonnikiem bez cukru (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.