

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 16.09.2024

Herbata truskawkowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenno-żytnie (1)**  
**Ser żółty Gouda (7)**  
**Pierś wędzona z indyka**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i miodem (7)**

**Zupa krem z papryki + chrupiące grzanki (9)**

**Łopatka wieprzowa w sosie własnym**  
**Kasza gryczana palona**  
**Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + andruty (1)**

#### WTOREK 17.09.2024

**Płatki jaglane na mleku z żurawiną suszoną (7)/Herbata malinowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenne (1)**  
**Szynka chlebowa (6)**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Melon

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

**Makaron z kurczakiem w sosie śmietanowo-serowym z brokułem (1,7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Nektarynka + chrupki kukurydziane**

#### ŚRODA 18.09.2024

Herbata miętowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo żytnie (1)**  
**Sałatka z makaronem orzo, szynką, ogórkiem zielonym z sosem jogurtowo-koperkowym (1,3,7,10)**  
**Twarożek (7)**  
 Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona

Jabłko

**Zupa jarzynowa z ziemniakami i dynią (7,9)**

**Chilli sin carne z fasolą czerwoną, kukurydzą, papryką na pomidorach (9)**  
**Ryż paraboliczny**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Koktajl bananowo-kakaowy na jogurcie naturalnym (7) + posypka z orzechów włoskich (8)**

#### CZWARTEK 19.09.2024

**Płatki żytnie na mleku z truskawkami (1,7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1)**  
**Smalec z fasoli (własnej roboty)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Maślanka brzoskwiowa (7)**

**Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym z warzywami (1,9)**

**Pieczone pałki z kurczaka w papryce**  
**Puree ziemniaczane**  
**Surówka wielowarzywna z kapustą pekińską, papryką i ogórkiem w sosie ziołowym**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Śliwka + morele suszone**

#### PIĄTEK 20.09.2024

**Kawa zbożowa na mleku (1,7) /Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Jajko gotowane na twardo (3)**  
**Pasta z makreli z cebulką (własnej roboty) (4,10)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

**Sok świeży (jabłko-dynia)**

**Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)**

**Placki ziemniaczane ze śmietanką (1,3)**  
**Gotowany bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Wafle ryżowe z powidłami śliwkowymi**

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, 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 IŻZ dzienne zapotrzebowanie kaloryczne dla dzieci w wieku 4-6 lat wynosi: 1400 kcal**



## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE DIETA BEZMLECZNA

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 16.09.2024

Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Ser żółty roślinny Pierś wędzona z indyka Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny roślinny z płatkami kukurydzianymi i miodem	Zupa krem z papryki + chrupiące grzanki (9)	Łopatka wieprzowa w sosie własnym Kasza gryczana palona Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Banan + andruty (1)
---	--	---	--	---------------------

#### WTOREK 17.09.2024

Płatki jaglane na napoju roślinnym z żurawiną suszoną/Herbata malinowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Szynka chlebowa (6) Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Melon	Grochówka z kielbaską i ziemniakami (9,10)	Makaron z kurczakiem w sosie śmietanowo-serowym b/m z brokułem (1) Kompot owocowy/Woda	Nektarynka + chrupki kukurydziane
--	-------	--	---	-----------------------------------

#### ŚRODA 18.09.2024

Herbata miętowa Margaryna Pieczywo żytnie (1) Sałatka z makaronem orzo, szynką, ogórkiem zielonym z sosem jogurtowo-koperkowym b/m (1,3,10) Twarożek roślinny (6) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Jabłko	Zupa jarzynowa z ziemniakami i dynią (9)	Chilli sin carne z fasolą czerwoną, kukurydzą, papryką na pomidorach (9) Ryż paraboliczny Kompot owocowy/Woda	Koktajl bananowo-kakaowy na jogurcie roślinnym + posypka z orzechów włoskich (8)
---	--------	--	---	--

#### CZWARTEK 19.09.2024

Płatki żytnie na napoju roślinnym z truskawkami (1)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Smalec z fasoli (własnej roboty) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Koktajl brzoskwiowy na napoju roślinnym	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym z warzywami (1,9)	Pieczone pałki z kurczaka w papryce Puree ziemniaczane Surówka wielowarzywna z kapustą pekińską, papryką i ogórkiem w sosie ziołowym Kompot owocowy/Woda	Śliwka + morele suszone
---	---	---	---	-------------------------

#### PIĄTEK 20.09.2024

Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1) /Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Jajko gotowane na twardo (3) Pasta z makreli z cebulką (własnej roboty) (4,10) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Sok świeży (jabłko-dynia)	Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (9,10)	Placki ziemniaczane ze śmietanką b/m (1,3) Gotowany bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior) Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z powidłami śliwkowymi
---	---------------------------	--	---	-------------------------------------

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-tubin 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 PRZEDSZKOLE DIETA Z OGRANICZENIEM PRODUKTÓW ZAWIERAJĄCYCH GLUTEN

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 16.09.2024

Herbata truskawkowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo bezglutenowe Ser żółty Gouda (7) Pierś wędzona z indyka Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i miodem (7)	Zupa krem z papryki + chrupiące grzanki (9)	Łopatka wieprzowa w sosie własnym Kasza gryczana palona Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Banan + daktyle suszone
---	---	---	--	-------------------------

### WTOREK 17.09.2024

Płatki jaglane na mleku z żurawiną suszoną (7)/Herbata malinowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo bezglutenowe Szynka chlebowa (6) Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Melon	Grochówka z kiełbaską i ziemniakami (9,10)	Makaron b/g z kurczakiem w sosie śmietanowo-serowym z brokułem (7) Kompot owocowy/Woda	Nektarynka + chrupki kukurydziane
---	-------	--	---	-----------------------------------

### ŚRODA 18.09.2024

Herbata miętowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo bezglutenowe Sałatka z makaronem b/g, szynką, ogórkiem zielonym z sosem jogurtowo-koperkowym (3,7,10) Twarożek (7) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Jabłko	Zupa jarzynowa z ziemniakami i dynią (7,9)	Chilli sin carne z fasolą czerwoną, kukurydzą, papryką na pomidorach (9) Ryż paraboliczny Kompot owocowy/Woda	Koktajl bananowo-kakaowy na jogurcie naturalnym (7) + posypka z orzechów włoskich (8)
--	--------	--	---	---

### CZWARTEK 19.09.2024

Płatki jaglane na mleku z truskawkami (7)/Herbata czarna z cytryną <b>Masło (7)</b> Pieczywo bezglutenowe Smalec z fasoli (własnej roboty) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Maślanka brzoskwiowa (7)	Zupa zacierkowa z makaronem b/g na bulionie drobiowym z warzywami (9)	Pieczone pałki z kurczaka w papryce Puree ziemniaczane Surówka wielowarzywna z kapustą pekińską, papryką i ogórkiem w sosie ziołowym Kompot owocowy/Woda	Śliwka + morele suszone
--	--------------------------	---	---	-------------------------

### PIĄTEK 20.09.2024

Kakao na mleku/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo bezglutenowe Jajko gotowane na twardo (3) Pasta z makreli z cebulką (własnej roboty) (4,10) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Sok świeży (jabłko-dynia)	Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)	Placki ziemniaczane b/g ze śmietanką (3) Gotowany bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior) Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z powidłami śliwkowymi
---	---------------------------	--	---	-------------------------------------

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.

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE DIETA BEZJAJECZNA

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 16.09.2024

Herbata truskawkowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenno-żytnie (1)**  
**Ser żółty Gouda (7)**  
**Pierś wędzona z indyka**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i miodem (7)**

**Zupa krem z papryki + chrupiące grzanki (9)**

**Łopatka wieprzowa w sosie własnym**  
**Kasza gryczana palona**  
**Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + andruty (1)**

#### WTOREK 17.09.2024

**Płatki jaglane na mleku z żurawiną suszoną (7)/Herbata malinowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenne (1)**  
**Szynka chlebowa (6)**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Melon

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

**Makaron z kurczakiem w sosie śmietanowo-serowym z brokułem (1,7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Nektarynka + chrupki kukurydziane**

#### ŚRODA 18.09.2024

Herbata miętowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo żytnie (1)**  
**Salatka z makaronem orzo, szynką, ogórkiem zielonym z sosem jogurtowo-koperkowym (1,7,10)**  
**Twarożek (7)**  
 Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona

Jabłko

**Zupa jarzynowa z ziemniakami i dynią (7,9)**

**Chilli sin carne z fasolą czerwoną, kukurydzą, papryką na pomidorach (9)**  
**Ryż paraboliczny**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Koktajl bananowo-kakaowy na jogurcie naturalnym (7) + posypka z orzechów włoskich (8)**

#### CZWARTEK 19.09.2024

**Płatki żytnie na mleku z truskawkami (1,7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1)**  
**Smalec z fasoli (własnej roboty)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Maślanka brzoskwiowa (7)**

**Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym z warzywami (1,9)**

**Pieczone pałki z kurczaka w papryce**  
**Puree ziemniaczane**  
**Surówka wielowarzynna z kapustą pekińską, papryką i ogórkiem w sosie ziołowym**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Śliwka + morele suszone**

#### PIĄTEK 20.09.2024

**Kawa zbożowa na mleku (1,7) /Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Ser żółty Gouda (7)**  
**Pasta z makreli z cebulką (własnej roboty) (4,10)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

**Sok świeży (jabłko-dynia)**

**Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)**

**Placki ziemniaczane ze śmietanką (1)**  
**Gotowany bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Wafle ryżowe z powidłami śliwkowymi**

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 PRZEDSZKOLE (DIETA WEGETARIAŃSKA)

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 16.09.2024

Herbata truskawkowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo pszenno-żytnie (1) Ser żółty Gouda (7) Szynka roślinna Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i miodem (7)	Zupa krem z papryki + chrupiące grzanki (9)	Gulasz warzywny z soczewicą czerwoną Kasza gryczana palona Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Banan + andruty (1)
--	---	---	---	---------------------

#### WTOREK 17.09.2024

Płatki jaglane na mleku z żurawiną suszoną (7)/Herbata malinowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo pszenne (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Melon	Grochówka z kielbaską roślinną i ziemniakami (9,10)	Makaron z cieciorką w sosie śmietanowo-serowym z brokułem (1,7) Kompot owocowy/Woda	Nektarynka + chrupki kukurydziane
--	-------	---	--	-----------------------------------

#### ŚRODA 18.09.2024

Herbata miętowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo żytnie (1) Sałatka z makaronem orzo, ogórkiem zielonym z sosem jogurtowo-koperkowym (1,3,7,10) Twarożek (7) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Jabłko	Zupa jarzynowa z ziemniakami i dynią (7,9)	Chilli sin carne z fasolą czerwoną, kukurydzą, papryką na pomidorach (9) Ryż paraboliczny Kompot owocowy/Woda	Koktajl bananowo-kakaowy na jogurcie naturalnym (7) + posypka z orzechów włoskich (8)
---	--------	--	---	---

#### CZWARTEK 19.09.2024

Płatki żytnie na mleku z truskawkami (1,7)/Herbata czarna z cytryną <b>Masło (7)</b> Pieczywo graham (1) Smalec z fasoli (własnej roboty) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Maślanka brzoskwiowa (7)	Zupa zacierkowa na bulionie warzywnym (1,9)	Falafel z ciecierzycy i kukurydzy (1) Puree ziemniaczane Surówka wielowarzywna z kapustą pekińską, papryką i ogórkiem w sosie ziołowym Kompot owocowy/Woda	Śliwka + morele suszone
---	--------------------------	---	---	-------------------------

#### PIĄTEK 20.09.2024

Kawa zbożowa na mleku (1,7) /Herbata wieloowocowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Jajko gotowane na twardo (3) Paprykarz wegetariański (6) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Sok świeży (jabłko-dynia)	Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)	Placki ziemniaczane ze śmietanką (1,3) Gotowany bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior) Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z powidłami śliwkowymi
---	---------------------------	--	---	-------------------------------------

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-tubin 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.