

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 23.09.2024

Mleko (7)/Herbata truskawkowa
 Masło (7)
 Pieczywo pszenno-żytnie (1)
 Serek ziołowy (własnej roboty) (7)
 Szynka połówkowa sopocka (6)
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Banan

Zupa krem toskański z pomidorów,
 bazylią i serem mozzarella (7,9)

Jajko sadzone (3)
 Ziemniaki gotowane
 Marchewka z groszkiem gotowana
 Kompot owocowy/Woda

Śliwka + chrupki owsiane
 (1,7)

WTOREK 24.09.2024

Waniliowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata malinowa
 Masło (7)
 Pieczywo pszenne (1)
 Ser mozzarella (7)
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Koktajl jagodowy na
 kefirze (7)

Zupa brokułowa z ziemniaczkami i
 koperkiem (7,9)

Kolorowe leczo warzywne z indykiem (9)
 Kolorowy makaron (1)
 Kompot owocowy/Woda

Ciasteczka zbożowe z
 owocami suszonymi (1,7)

ŚRODA 25.09.2024

Herbata miętowa
 Masło (7)
 Pieczywo żytnie (1)
 Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką
 Ser żółty Gouda (7)
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Melon

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Kotleciki drobiowe z warzywami siekane (1,3,9)
 Ziemniaki gotowane
 Surówka Colesław (3,10)
 Kompot owocowy/Woda

Koktajl egzotyczny banan-
 ananas-kokos na jogurcie
 naturalnym (7)

CZWARTEK 26.09.2024

Kasza manna na mleku z wiśniami (1,7)/Herbata czarna z cytryną
 Masło (7)
 Pieczywo graham (1)
 Kiełbasa krakowska drobiowa (1,6,9)
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Kisiel truskawkowy
 (własnej roboty)

Żurek z kiełbasą i jajkiem (1,3,7,9,10)

Placuszki dyniowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3)
 Jogurt naturalny (7)
 Kompot owocowy/Woda

Bufeczka maślana z masłem
 (1,7) + słupki marchewkowe

PIĄTEK 27.09.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa
 Masło (7)
 Pieczywo pełnoziarniste (1,11)
 Powidła śliwkowe
 Twarożek (7)
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa krem ziemniaczany z prażoną
 cieciorą (9)

Pulpeciki rybne z mintaja w sosie pomidorowym z warzywami (1,4,9)
 Kasza kuskus (1)
 Ogórek kiszony
 Kompot owocowy/Woda

Mieszanka studencka (5,8)

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 codzienne zapotrzebowanie kaloryczne dla dzieci w wieku 4-6 lat wynosi: 1400 kcal



JADŁOSPIS DIETA BEZMLECZNA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 23.09.2024

Napój roślinny/Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Serek ziołowy roślinny (własnej roboty) (6) Szynka polędwica sopocka (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Banan	Zupa krem toskański z pomidorów, bazylią i serem żółtym roślinnym (9)	Jajko sadzone (3) Ziemniaki gotowane Marchewka z groszkiem gotowana Kompot owocowy/Woda	Śliwka + andrutry (1)
---	-------	---	--	-----------------------

WTOREK 24.09.2024

Waniliowa owsianka na napoju roślinnym (1)/Herbata malinowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Ser żółty roślinny Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Koktajl jagodowy na napoju ryżowym	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem (9)	Kolorowe leczo warzywne z indykiem (9) Kolorowy makaron (1) Kompot owocowy/Woda	Baton owsiany z miodem (1)
--	------------------------------------	--	---	----------------------------

ŚRODA 25.09.2024

Herbata miętowa Margaryna Pieczywo żytnie (1) Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką Ser żółty roślinny Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	Kapuśniak z ziemniakami (9)	Kotleciki drobiowe z warzywami siekane (1,3,9) Ziemniaki gotowane Surówka Colesław (3,10) Kompot owocowy/Woda	Koktajl egzotyczny banan- ananas-kokos na jogurcie naturalnym roślinnym
--	-------	-----------------------------	--	---

CZWARTEK 26.09.2024

Kasza manna na napoju roślinnym z wiśniami (1)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Kiełbasa krakowska drobiowa (1,6,9) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Kisiel truskawkowy (własnej roboty)	Żurek z kielbaską i jajkiem (1,3,9,10)	Placuszki dyniowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3) Jogurt roślinny kokosowy Kompot owocowy/Woda	Bułeczka margaryną (1) + słupki marchewkowe
---	-------------------------------------	--	---	--

PIĄTEK 27.09.2024

Kakao na napoju roślinnym/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Powidła śliwkowe Twarożek roślinny (6) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Gruszka	Zupa krem ziemniaczany z prażoną cieciorą (9)	Pulpeciki rybne z mintaja w sosie pomidorowym z warzywami (1,4,9) Kasza kuskus (1) Ogórek kiszony Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8)
---	---------	---	--	---------------------------

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 23.09.2024

Mleko (7)/Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Serek ziołowy (własnej roboty) (7)
Szynka połówkowa sopocka (6)
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Banan

Zupa krem toskański z pomidorów,
bazylią i serem mozzarella (7,9)

Falafel pieczony z ciecierzycy i kukurydzy (1)
Ziemniaki gotowane
Marchewka z groszkiem gotowana
Kompot owocowy/Woda

Śliwka + chrupki owsiane
(1,7)

WTOREK 24.09.2024

Waniliowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata malinowa
Masło (7)
Pieczywo pszenne (1)
Ser mozzarella (7)
Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Koktajl jagodowy na
kefirze (7)

Zupa brokułowa z ziemniakami i
koperkiem (7,9)

Kolorowe leczy warzywne z indykiem (9)
Kolorowy makaron (1)
Kompot owocowy/Woda

Ciasteczka zbożowe z
owocami suszonymi (1,7)

ŚRODA 25.09.2024

Herbata miętowa
Masło (7)
Pieczywo żytnie (1)
Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką
Ser żółty Gouda (7)
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Melon

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Kotleciki drobiowe z warzywami siekane (1,9)
Ziemniaki gotowane
Surówka Coleslaw (10)
Kompot owocowy/Woda

Koktajl egzotyczny banan-
ananas-kokos na jogurcie
naturalnym (7)

CZWARTEK 26.09.2024

Kasza manna na mleku z wiśniami (1,7)/Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Kiełbasa krakowska drobiowa (1,6,9)
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Kisiel truskawkowy
(własnej roboty)

Żurek z kiełbaską (1,7,9,10)

Placuszki dyniowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1)
Jogurt naturalny (7)
Kompot owocowy/Woda

Bułeczka maślana z masłem
(1,7) + słupki marchewkowe

PIĄTEK 27.09.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa
Masło (7)
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)
Powidła śliwkowe
Twarożek (7)
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa krem ziemniaczany z prażoną
cieciorką (9)

Pulpeciki rybne z mintaja w sosie pomidorowym z warzywami (1,4,9)
Kasza kuskus (1)
Ogórek kiszony
Kompot owocowy/Woda

Mieszanka studencka (5,8)

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 23.09.2024

Mleko (7)/Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Serek ziółowy (własnej roboty) (7)
Szynka roślinna
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Banan

Zupa krem toskański z pomidorów,
bazylią i serem mozzarella (7,9)

Jajko sadzone (3)
Ziemniaki gotowane
Marchewka z groszkiem gotowana
Kompot owocowy/Woda

Śliwka + chrupki owsiane
(1,7)

WTOREK 24.09.2024

Waniliowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata malinowa
Masło (7)
Pieczywo pszenne (1)
Ser mozzarella (7)
Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Koktajl jagodowy na
kefirze (7)

Zupa brokułowa z ziemniaczkami i
koperkiem (7,9)

Kolorowe leczo warzywne z fasolą czerwoną (9)
Kolorowy makaron (1)
Kompot owocowy/Woda

Ciasteczka zbożowe z
owocami suszonymi (1,7)

ŚRODA 25.09.2024

Herbata miętowa
Masło (7)
Pieczywo żytnie (1)
Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką
Ser żółty Gouda (7)
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Melon

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Nuggetsy wegetariańskie (1)
Ziemniaki gotowane
Surówka Colesław (3,10)
Kompot owocowy/Woda

Koktajl egzotyczny banan-
ananas-kokos na jogurcie
naturalnym (7)

CZWARTEK 26.09.2024

Kasza manna na mleku z wiśniami (1,7)/Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Szynka roślinna
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Kisiel truskawkowy
(własnej roboty)

Żurek z kiełbaską roślinną i jajkiem
(1,3,7,9)

Placuszki dyniowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3)
Jogurt naturalny (7)
Kompot owocowy/Woda

Bułeczka maślana z masłem
(1,7) + słupki marchewkowe

PIĄTEK 27.09.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa
Masło (7)
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)
Powidła śliwkowe
Twarożek (7)
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa krem ziemniaczany z prażoną
cieciorką (9)

Falafel z ciecierzycy i kukurydzy w sosie pomidorowym z warzywami
(1,4,9)
Kasza kuskus (1)
Ogórek kiszony
Kompot owocowy/Woda

Mieszanka studencka (5,8)

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 DIETA Z OGRANICZENIEM PRODUKTÓW ZAWIERAJĄCYCH GLUTEN

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 23.09.2024

Mleko (7)/Herbata truskawkowa
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Serek ziółowy (własnej roboty) (7)
 Szynka polędwica sopocka (6)
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Banan

Zupa krem toskański z pomidorów,
 bazylią i serem mozzarella (7,9)

Jajko sadzone (3)
 Ziemniaki gotowane
 Marchewka z groszkiem gotowana
 Kompot owocowy/Woda

Śliwka + wafle ryżowe

WTOREK 24.09.2024

Waniliowa owsianka b/g na mleku (7)/Herbata malinowa
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Ser mozzarella (7)
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Koktajl jagodowy na
 kefirze (7)

Zupa brokułowa z ziemniaczkami i
 koperkiem (7,9)

Kolorowe leczno warzywne z indykiem (9)
 Makaron bezglutenowy
 Kompot owocowy/Woda

Ciasteczka jaglane

ŚRODA 25.09.2024

Herbata miętowa
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką
 Ser żółty Gouda (7)
 Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona

Melon

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Kotleciki drobiowe z warzywami siekane (3,9)
 Ziemniaki gotowane
 Surówka Colesław (3,10)
 Kompot owocowy/Woda

Koktajl egzotyczny banan-
 ananas-kokos na jogurcie
 naturalnym (7)

CZWARTEK 26.09.2024

Płatki jaglane na mleku z wiśniami (7)/Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Szynka polędwica sopocka (6)
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Kisiel truskawkowy
 (własnej roboty)

Żurek na zakwasie jaglanym z kielbaską i
 jajkiem (3,7,9,10)

Bezglutenowe placuszki dyniowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej
 (3)
 Jogurt naturalny (7)
 Kompot owocowy/Woda

Bufeczka bezglutenowa z
 masłem (7) + słupki
 marchewkowe

PIĄTEK 27.09.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Powidła śliwkowe
 Twarożek (7)
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa krem ziemniaczany z prażoną
 cieciorą (9)

Pulpeciki rybne z mintaja w sosie pomidorowym z warzywami (4,9)
 Kasza jaglana
 Ogórek kiszony
 Kompot owocowy/Woda

Mieszanka studencka
 (własnej roboty) (5,8)

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.