

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 21.04.2025**

**WTOREK 22.04.2025**

Mleko (7)/Herbata czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Twarożek (7)  
Dżem owocowy niskosłodzony  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Jogurt naturalny z  
płatkami  
kukurydzianymi (7)

Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym  
ze słonecznikiem prażonym (9)

Paluszki rybne z mintaja w panierce (1,4)  
Puree ziemniaczane  
Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i marchewką  
Kompot owocowy/Woda

Jabłko + Biszkopty bez  
cukru (1,3)

**Środa 23.04.2025 DZIEŃ KUCHNI NIEMIECKIEJ**

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata owocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)  
Kartoffelsalat (3,7,10)  
Wurst (*kiełbaska śniadaniowa*)  
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Koktajl bananowo-  
kakaowy na jogurcie  
naturalnym (7)

Gęsta kartoflakna berlińska z grzankami  
czosnkowymi (1,9)

Krautfleckerl - makaron z kapustą kiszoną i mięsem drobiowym (1,9)  
Kompot owocowy/Woda

Apfelmus mit Zimt (*jabłko  
prażone z cynamonem*) +  
talarki z błonnikiem bez  
cukru (1,7)

**CZWARTEK 24.04.2025**

Herbata czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Ser żółty Gouda (7)  
Kurczak wolno gotowany (3,6,7)  
Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek

Jabłko

Barszcz czerwony z ziemniakami  
zabielany śmietanką (7,9)

Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)  
Kasza bulgur (1)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Budyń waniliowy (7) +  
chrupki kukurydziane

**PIĄTEK 25.04.2025**

Mleko truskawkowe (7)/Herbata wieloowocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenne (1)  
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)  
Serek ziótowy (*własnej roboty*) (7)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa pomidorowa z ryżem zabielana  
śmietanką (7,9)

Puszyste racuszki z jabłkiem i jogurtem naturalnym (1,3,7)  
Kompot owocowy/Woda

Banan + słupki z marchewki

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

## JADŁOSPIS DIETA BEZMLECZNA

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 21.04.2025**

**WTOREK 22.04.2025**

Napój roślinny/Herbata czarna z cytryną  
Margaryna  
Pieczywo graham (1)  
Twarożek z tofu (6)  
Dżem owocowy niskosłodzony  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Jogurt naturalny kokosowy z płatkami kukurydzianymi

Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym ze słonecznikiem prażonym (9)

Paluszki rybne z mintaja w panierce (1,4)  
Puree ziemniaczane  
Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i marchewką  
Kompot owocowy/Woda

Jabłko + Biszkopty bez cukru (1,3)

**Środa 23.04.2025 DZIEŃ KUCHNI NIEMIECKIEJ**

Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1)/Herbata owocowa  
Margaryna  
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)  
Kartoffelsalat (3,10)  
Wurst (*kiełbaska śniadaniowa*)  
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Koktajl bananowo-kakaowy na napoju roślinnym

Gęsta kartoflakna berlińska z grzankami czosnkowymi (1,9)

Krautfleckerl - makaron z kapustą kiszoną i mięsem drobiowym (1,9)  
Kompot owocowy/Woda

Apfelmus mit Zimt (*jabłko prażone z cynamonem*) + andruty (1)

**CZWARTEK 24.04.2025**

Herbata czarna z cytryną  
Margaryna  
Pieczywo graham (1)  
Ser żółty roślinny  
Szynka żywiecka (6)  
Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek

Jabłko

Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietanką b/m (9)

Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)  
Kasza bulgur (1)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Budyń waniliowy na jogurcie kokosowym + chrupki kukurydziane

**PIĄTEK 25.04.2025**

Napój roślinny truskawkowe /Herbata wieloowocowa  
Margaryna  
Pieczywo pszenne (1)  
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)  
Serek ziółowy z tofu (*własnej roboty*) (6)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietanką b/m (9)

Puszyste racuszki z jabłkiem i jogurtem naturalnym roślinnym (1,3)  
Kompot owocowy/Woda

Banan + słupki z marchewki

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 BEZJAJECZNA

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 21.04.2025**

**WTOREK 22.04.2025**

Mleko (7)/Herbata czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Twarożek (7)  
Dżem owocowy niskosłodzony  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Jogurt naturalny z  
płatkami  
kukurydzianymi (7)

Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym  
ze słonecznikiem prażonym (9)

Paluszki rybne z mintaja w panierce (1,4)  
Puree ziemniaczane  
Surówka z kapusty kiszonej z cebulką i marchewką  
Kompot owocowy/Woda

Jabłko + ciasteczka jaglane

**Środa 23.04.2025 DZIEŃ KUCHNI NIEMIECKIEJ**

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata owocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)  
Kartoffelsalat <sup>b/jaj</sup> (7)  
Wurst (*kiełbaska śniadaniowa*)  
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Koktajl bananowo-  
kakaowy na jogurcie  
naturalnym (7)

Gęsta kartoflakna berlińska z grzankami  
czosnkowymi (1,9)

Krautfleckerl - makaron z kapustą kiszoną i mięsem drobiowym (1,9)  
Kompot owocowy/Woda

Apfelmus mit Zimt (*jabłko  
prażone z cynamonem*) +  
talarki z błonnikiem bez  
cukru (1,7)

**CZWARTEK 24.04.2025**

Herbata czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Ser żółty Gouda (7)  
Szynka żywiecka (6)  
Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek

Jabłko

Barszcz czerwony z ziemniakami  
zabielany śmietanką (7,9)

Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)  
Kasza bulgur (1)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Budyń waniliowy (7) +  
chrupki kukurydziane

**PIĄTEK 25.04.2025**

Mleko truskawkowe (7)/Herbata wieloowocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenne (1)  
Pasta warzywna z ciecierzycy  
Serek ziótowy (*własnej roboty*) (7)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa pomidorowa z ryżem zabielana  
śmietanką (7,9)

Puszyste racuszki z jabłkiem i jogurtem naturalnym (1,7)  
Kompot owocowy/Woda

Banan + słupki z marchewki

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 powyższych 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 21.04.2025**

**WTOREK 22.04.2025**

Mleko (7)/Herbata czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Twarożek (7)  
Dżem owocowy niskosłodzony  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7)

Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym ze słonecznikiem prażonym (9)

Nuggetsy wegetariańskie (1)  
Puree ziemniaczane  
Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i marchewką  
Kompot owocowy/Woda

Jabłko + Biszkopty bez cukru (1,3)

**Środa 23.04.2025 DZIEŃ KUCHNI NIEMIECKIEJ**

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata owocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)  
Kartoffelsalat (3,7,10)  
Wurst roślinny (*kietbaska śniadaniowa roślinna*) (1)  
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Koktajl bananowo-kakaowy na jogurcie naturalnym (7)

Gęsta kartoflakna berlińska z grzankami czosnkowymi (1,9)

Krautfleckerl - makaron z kapustą kiszoną i vege gyrosem z fasoli (1,9)  
Kompot owocowy/Woda

Apfelmus mit Zimt (*jabłko prażone z cynamonem*) + talarki z błonnikiem bez cukru (1,7)

**CZWARTEK 24.04.2025**

Herbata czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo graham (1)  
Ser żółty Gouda (7)  
Szynka roślinna  
Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek

Jabłko

Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietanką (7,9)

Gulasz warzywny z ciecierzycą (9)  
Kasza bulgur (1)  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Budyń waniliowy (7) + chrupki kukurydziane

**PIĄTEK 25.04.2025**

Mleko truskawkowe (7)/Herbata wieloowocowa  
Masło (7)  
Pieczywo pszenne (1)  
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)  
Serek ziótowy (*własnej roboty*) (7)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietanką (7,9)

Puszyste racuszki z jabłkiem i jogurtem naturalnym (1,3,7)  
Kompot owocowy/Woda

Banan + słupki z marchewki

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-Gorzycza 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 powyższych 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 21.04.2025**

**WTOREK 22.04.2025**

Mleko (7)/Herbata czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Twarożek (7)  
Dżem owocowy niskosłodzony  
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7)

Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym ze słonecznikiem prażonym (9)

Filet z miruny (4)  
Puree ziemniaczane  
Surówka z kapusty kiszonej z cebulką i marchewką  
Kompot owocowy/Woda

Jabłko + ciasteczka jaglane

**Środa 23.04.2025 DZIEŃ KUCHNI NIEMIECKIEJ**

Kakao na mleku (7)/Herbata owocowa  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Kartoffelsalat (3,7,10)  
Wurst (kiełbaska śniadaniowa)  
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Koktajl bananowo-kakaowy na jogurcie naturalnym (7)

Gęsta kartoflarna berlińska z grzankami czosnkowymi b/g (9)

Krautfleckerl - makaron b/g z kapustą kiszoną i mięsem drobiowym (9)  
Kompot owocowy/Woda

Apfelmus mit Zimt (jabłko prażone z cynamonem) + wafle kukurydziane

**CZWARTEK 24.04.2025**

Herbata czarna z cytryną  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Ser żółty Gouda (7)  
Kurczak wolno gotowany (3,6,7)  
Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek

Jabłko

Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietanką (7,9)

Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9)  
Kasza jaglana  
Brokuł gotowany  
Kompot owocowy/Woda

Budyń waniliowy (7) + chrupki kukurydziane

**PIĄTEK 25.04.2025**

Mleko truskawkowe (7)/Herbata wieloowocowa  
Masło (7)  
Pieczywo bezglutenowe  
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)  
Serek ziótowy (własnej roboty) (7)  
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Gruszka

Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietanką (7,9)

Puszyste racuszki b/g z jabłkiem i jogurtem naturalnym (3,7)  
Kompot owocowy/Woda

Banan + słupki z marchewki

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-Gorzycza 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 powyższych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków. Catering zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie z przyczyn od nas niezależnych.