

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 10.02.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka połówkowa sopocka (6) Serek ziółowy (własnej roboty) (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake mleczny o smaku bananowym (7)	Zupa pomidorowa z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,7,9)	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami i brzoskwiniami Kasza kuskus (1) Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Suszone jabłuszka z sokiem o smaku ananasowym + gruszka
--	-------------------------------------	---	---	---

WTOREK 11.02.2025

Cynamonowa owsianka z orzechami włoskimi (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka chlebowa (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Pomarańcza	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9)	Makaron w sosie Napoli z ciecierzycą i warzywami posypany serem mozzarella (1,7,9) Ogórek kiszony (10) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + chrupki kukurydziane
---	------------	--	--	-------------------------------

ŚRODA 12.02.2025

Mleko (7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Twarożek (7) Powidła śliwkowe Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Gulasz drobiowy z indyka z warzywami (9) Kluski śląskie Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Koktajl jagodowy na jogurcie naturalnym (7)
---	-------	---	--	---

CZWARTEK 13.02.2025

Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pieczony paszтет drobiowy (1) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Sok jabłko marchew	Rosół drobiowo-wołowy z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Kotlet z piersi kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych Ziemniaki gotowane Surówka Colesław (3,10) Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny (7) + banan
--	--------------------	---	--	------------------------------------

PIĄTEK 14.02.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10) Paprykarz z makreli (4) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel wiśniowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietanką (7,9)	Placuszki bananowo-kakowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej z polewą jogurtowo-malinową (1,3,7) Kompot owocowy/Woda	Walentynkowa muffinka (1,3,7) + słupki marchewkowe
---	----------------------------------	--	---	--

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



JADŁOSPIS DIETA BEZMLECZNA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 10.02.2025

Kakao na napoju roślinnym/Herbata truskawkowa
Margaryna
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Szynka połówkowa sopocka (6)
Serek ziółowy z tofu (własnej roboty) (6)
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Shake mleczny o smaku bananowym na napoju roślinnym

Zupa pomidorowa z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)

Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami i brzoskwiniami
Kasza kuskus (1)
Fasolka szparagowa zielona
Kompot owocowy/Woda

Suszone jabłuszka z sokiem o smaku ananasowym + gruszka

WTOREK 11.02.2025

Cynamonowa owsianka z orzechami włoskimi na napoju roślinnym (1,8)/Herbata czarna z cytryną
Margaryna
Pieczywo graham (1)
Szynka chlebowa (6)
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Pomarańcza

Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (9)

Makaron w sosie Napoli z ciecierzycą i warzywami posypany serem mozzarella roślinnym (1,9)
Ogórek kiszony (10)
Kompot owocowy/Woda

Jabłko + chrupki kukurydziane

ŚRODA 12.02.2025

Mleko (7)/Herbata owocowa
Margaryna
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)
Twarożek roślinny z tofu (6)
Powidła śliwkowe
Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Melon

Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)

Gulasz drobiowy z indyka z warzywami (9)
Kluski śląskie
Kalafior gotowany
Kompot owocowy/Woda

Koktajl jagodowy na jogurcie roślinnym

CZWARTEK 13.02.2025

Herbata czarna z cytryną
Margaryna
Pieczywo graham (1)
Pieczony paszтет drobiowy (1)
Ser żółty roślinny
Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek

Sok jabłko marchew

Rosół drobiowo-wołowy z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)

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

Napój owsiany w kartoniku + banan

PIĄTEK 14.02.2025

Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1)/Herbata wieloowocowa
Margaryna
Pieczywo pszenne (1)
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)
Paprykarz z makreli (4)
Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Kisiel wiśniowy (własnej roboty)

Barszcz czerwony z ziemniakami zabielałym śmietanką bezmleczną (9)

Placuszki bananowo-kakowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej z polewą jogurtowo-malinową b/m (1,3)
Kompot owocowy/Woda

Walentynkowa muffinka b/m (własnej roboty) (1,3) + słupki marchewkowe

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 10.02.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka połówkowa sopocka (6) Serek ziółowy (własnej roboty) (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake mleczny o smaku bananowym (7)	Zupa pomidorowa z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,7,9)	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami i brzoskwiniami Kasza kuskus (1) Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Suszone jabłuszka z sokiem o smaku ananasowym + gruszka
--	-------------------------------------	---	---	---

WTOREK 11.02.2025

Cynamonowa owsianka z orzechami włoskimi (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka chlebowa (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Pomarańcza	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9)	Makaron w sosie Napoli z ciecierzycą i warzywami posypany serem mozzarella (1,7,9) Ogórek kiszony (10) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + chrupki kukurydziane
---	------------	--	--	-------------------------------

ŚRODA 12.02.2025

Mleko (7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Twarożek (7) Powidła śliwkowe Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Gulasz drobiowy z indyka z warzywami (9) Kluski śląskie Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Koktajl jagodowy na jogurcie naturalnym (7)
---	-------	---	--	---

CZWARTEK 13.02.2025

Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pieczony pasztet drobiowy (1) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Sok jabłko marchew	Rosół drobiowo-wołowy z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Kotlet z piersi kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych Ziemniaki gotowane Surówka Colesław b/jaj Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny (7) + banan
--	--------------------	---	---	------------------------------------

PIĄTEK 14.02.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta warzywna Paprykarz z makreli (4) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel wiśniowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietanką (7,9)	Placuszki bananowo-kakowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej z polewą jogurtowo-malinową (1,7) Kompot owocowy/Woda	Walentynkowa muffinka b/j (1,7) + słupki marchewkowe
---	----------------------------------	--	---	--

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 10.02.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka roślinna Serek ziółowy (własnej roboty) (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake mleczny o smaku bananowym (7)	Zupa pomidorowa z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,7,9)	Ciecierzycza w sosie słodko-kwaśnym z warzywami i brzoskwiniami Kasza kuskus (1) Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Suszone jabłuszka z sokiem o smaku ananasowym + gruszka
---	-------------------------------------	---	--	---

WTOREK 11.02.2025

Cynamonowa owsianka z orzechami włoskimi (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Pomarańcza	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9)	Makaron w sosie Napoli z ciecierzycą i warzywami posypany serem mozzarella (1,7,9) Ogórek kiszony (10) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + chrupki kukurydziane
---	------------	--	--	-------------------------------

ŚRODA 12.02.2025

Mleko (7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Twarożek (7) Powidła śliwkowe Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Gulasz warzywny z vege gyrosem z fasoli (1,9) Kluski śląskie Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Koktajl jagodowy na jogurcie naturalnym (7)
---	-------	---	---	---

CZWARTEK 13.02.2025

Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pieczony warzywny Ser żółty Gouda (7) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Sok jabłko marchew	Bulion warzywny z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Nuggetsy wegetariańskie wpanierce (1) Ziemniaki gotowane Surówka Colesław (3,10) Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny (7) + banan
--	--------------------	---	---	------------------------------------

PIĄTEK 14.02.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10) Pasta warzywna Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel wiśniowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietanką (7,9)	Placuszki bananowo-kakowe z dodatkiem mąki pełnoziarnistej z polewą jogurtowo-malinową (1,3,7) Kompot owocowy/Woda	Walentynkowa muffinka (1,3,7) + słupki marchewkowe
--	----------------------------------	--	---	--

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 10.02.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szynka połówkowa sopocka (6) Serek ziółowy (własnej roboty) (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake mleczny o smaku bananowym (7)	Zupa pomidorowa z makaronem b/g i świeżą natką pietruszki (7,9)	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami i brzoskwiniami Kasza jagłana Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Suszone jabłuszka z sokiem o smaku ananasowym + gruszka
--	-------------------------------------	---	--	---

WTOREK 11.02.2025

Cynamonowa owsianka b/g z orzechami włoskimi (7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szynka chlebowa (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Pomarańcza	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9)	Makaron b/g w sosie Napoli z ciecierzycą i warzywami posypyany serem mozzarella (7,9) Ogórek kiszony (10) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + chrupki kukurydziane
---	------------	--	---	-------------------------------

ŚRODA 12.02.2025

Mleko (7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Twarożek (7) Powidła śliwkowe Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	Zupa krupnik z kaszą jagłaną i warzywami (9)	Gulasz drobiowy z indyka z warzywami (9) Kluski śląskie Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Koktajl jagodowy na jogurcie naturalnym (7)
--	-------	--	--	---

CZWARTEK 13.02.2025

Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szynka chlebowa (6) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Sok jabłko marchew	Rosół drobiowo-wołowy z makaronem b/g i świeżą natką pietruszki (9)	Kotlet z piersi kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych Ziemniaki gotowane Surówka Colesław (3,10) Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny (7) + banan
--	--------------------	---	--	------------------------------------

PIĄTEK 14.02.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10) Paprykarz z makreli (4) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel wiśniowy (własnej roboty)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietanką (7,9)	Placuszki bananowo-kakowe b/g z dodatkiem mąki pełnoziarnistej z polewą jogurtowo-malinową (3,7) Kompot owocowy/Woda	Walentynkowa muffinka bezglutenowa z morelą (3) + słupki marchewkowe
---	----------------------------------	--	---	--

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.