

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 28.10.2024

Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Ser żółty Cheddar (7)
Szynka złota (6)
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny (7)
+ mus truskawkowy

Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi grzankami (1,9)

Pieczona pierś z kurczaka
Ziemniaki gotowane
Mini marchewki gotowane z oliwą z oliwek
Kompot owocowy /Woda

Jabłko + Biszkopty bez cukru (1,3)

WTOREK 29.10.2024

Cynamonowa owsianka na mleku (1,7)
 Herbata malinowa
Masło (7)
Pieczywo pszenne (1)
Pieczony pasztet drobiowy (własnej roboty) (1,3)
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Słupki warzywne + tzatziki (7)

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Zielone spaghetti w bazyliowym pesto z groszkiem, brokułem i mozzarellą (1,7)
Kompot owocowy /Woda

Gruszka + Wafle ryżowe z miodem wielokwiatowym

ŚRODA 30.10.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata owocowa
Masło (7)
Pieczywo żytnie (1)
Serek ziółowy (własnej roboty) (7)
Pierś wędzona z indyka
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Owoc kaki

Barszcz ukraiński z ziemniaczkami (7,9)

Kolorowe kaszotto z kaszą bulgur, indykiem i warzywami posypane świeżą natką pietruszki (1)
Kompot owocowy /Woda

Koktajl wiśniowy z daktylami na jogurcie naturalnym (7)

CZWARTEK 31.10.2024

Jaglanka na mleku z jagodami (7)
 Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Pasta z pieczonej dyni z masłem orzechowym (5,8)
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Sok dynia jabłko

Zupa krem z czerwonej soczewicy z pomidorami i papryką z groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)

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

Banan + andruty (1)

PIĄTEK 01.11.2024

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 28.10.2024

Herbata truskawkowa
Margaryna
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Ser żółty roślinny
Szynka złota (6)
Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny
roślinny
+ mus truskawkowy

Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi
grzankami (1,9)

Pieczona pierś z kurczaka
Ziemniaki gotowane
Mini marchewki gotowane z oliwą z oliwek
Kompot owocowy/Woda

Jabłko + Biszkopty bez cukru
(1,3)

WTOREK 29.10.2024

Cynamonowa owsianka na napoju roślinnym (1)
Herbata malinowa
Margaryna
Pieczywo pszenne (1)
Pieczony paszтет drobiowy (własnej roboty) (1,3)
Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Słupki warzywne +
tztziki na jogurcie
roślinnym

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Zielone spaghetti w bazyliowym pesto z groszkiem, brokułem i
mozzarellą b/m (1)
Kompot owocowy/Woda

Gruszka + wafle ryżowe z
miodem wielokwiatowym

ŚRODA 30.10.2024

Kakao na napoju roślinnym/ Herbata owocowa
Margaryna
Pieczywo żytnie (1)
Serek ziołowy roślinny (własnej roboty)
Pierś wędzona z indyka
Warzywa: rozszponka, ogórek, papryka czerwona

Owoc kaki

Barszcz ukraiński z ziemniaczkami b/m (9)

Kolorowe kaszotto z kaszą bulgur, indykiem i warzywami posypane
świeżą natką pietruszki (1)
Kompot owocowy/Woda

Koktajl wiśniowy z
daktylami na napoju
roślinnym

CZWARTEK 31.10.2024

Jaglanka na napoju roślinnym z jagodami
Herbata czarna z cytryną
Margaryna
Pieczywo graham (1)
Pasta z pieczonej dyni z masłem orzechowym (5,8)
Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Sok dynia jabłko

Zupa krem z czerwonej soczewicy z
pomidorami i papryką z grzankami (1,9)

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

Banan + andruty (1)

PIĄTEK 01.11.2024

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 BEZJAJECZNA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 28.10.2024

Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Ser żółty Cheddar (7)
Szynka złota (6)
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny (7)
+ mus truskawkowy

Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi grzankami (1,9)

Pieczona pierś z kurczaka
Ziemniaki gotowane
Mini marchewki gotowane z oliwą z oliwek
Kompot owocowy /Woda

Jabłko + ciasteczka jaglane

WTOREK 29.10.2024

Cynamonowa owsianka na mleku (1,7)
 Herbata malinowa
Masło (7)
Pieczywo pszenne (1)
Pieczony pasztet drobiowy (własnej roboty) (1)
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Słupki warzywne + tzatziki (7)

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Zielone spaghetti w bazyliowym pesto z groszkiem, brokułem i mozzarellą (1,7)
Kompot owocowy /Woda

Gruszka + Wafle ryżowe z miodem wielokwiatowym

ŚRODA 30.10.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata owocowa
Masło (7)
Pieczywo żytnie (1)
Serek ziołowy (własnej roboty) (7)
Pierś wędzona z indyka
 Warzywa: rozszponka, ogórek, papryka czerwona

Owoc kaki

Barszcz ukraiński z ziemniaczkami (7,9)

Kolorowe kaszotto z kaszą bulgur, indykiem i warzywami posypane świeżą natką pietruszki (1)
Kompot owocowy /Woda

Koktajl wiśniowy z daktylami na jogurcie naturalnym (7)

CZWARTEK 31.10.2024

Jaglanka na mleku z jagodami (7)
 Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Pasta z pieczonej dyni z masłem orzechowym (5,8)
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Sok dynia jabłko

Zupa krem z czerwonej soczewicy z pomidorami i papryką z grzankami (1,9)

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

Banan + andruty (1)

PIĄTEK 01.11.2024

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

JADŁOSPIS DIETA Z OGRANICZENIEM PRODUKTÓW ZAWIERAJĄCYCH GLUTEN

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 28.10.2024

Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
 Ser żółty Cheddar (7)
 Szyńka złota (6)
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny (7)
 + mus truskawkowy

Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi
 grzankami b/g (9)

Pieczona pierś z kurczaka
 Ziemniaki gotowane
 Mini marchewki gotowane z oliwą z oliwek
 Kompot owocowy /Woda

Jabłko + herbatniki
 bezglutenowe (3)

WTOREK 29.10.2024

Cynamonowa owsianka b/g na mleku (7)
 Herbata malinowa
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
Pieczony paszтет drobiowy (własnej roboty) b/g
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Słupki warzywne +
 tzatziki (7)

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Zielone spaghetti b/g w bazyliowym pesto z groszkiem, brokułem i
 mozzarellą (7)
 Kompot owocowy /Woda

Gruszka + Wafle ryżowe z
 miodem wielokwiatowym

ŚRODA 30.10.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata owocowa
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
 Serek ziółowy (własnej roboty) (7)
 Pierś wędzona z indyka
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Owoc kaki

Barszcz ukraiński z ziemniaczkami (7,9)

Kolorowe kaszotto z kaszą jaglaną, indykiem i warzywami posypane
 świeżą natką pietruszki
 Kompot owocowy /Woda

Koktajl wiśniowy z
 daktylami na jogurcie
 naturalnym (7)

CZWARTEK 31.10.2024

Jaglanka na mleku z jagodami (7)
 Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
 Pasta z pieczonej dyni z masłem orzechowym (5,8)
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Sok dynia jabłko

Zupa krem z czerwonej soczewicy z
 pomidorami i papryką z grzankami b/g
 (9)

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

Banan + chrupki
 kukurydziane

PIĄTEK 01.11.2024

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 WEGETARIAŃSKA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 28.10.2024

Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Ser żółty Cheddar (7)
Szynka roślinna
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt naturalny (7)
+ mus truskawkowy

Kremowa zupa cebulowa z czosnkowymi grzankami (1,9)

Nuggetsy wegetariańskie (1)
Ziemniaki gotowane
Mini marchewki gotowane z oliwą z oliwek
Kompot owocowy /Woda

Jabłko + Biszkopty bez cukru (1,3)

WTOREK 29.10.2024

Cynamonowa owsianka na mleku (1,7)
 Herbata malinowa
Masło (7)
Pieczywo pszenne (1)
Pasztet z soczewicy (1,3)
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Słupki warzywne + tzatziki (7)

Kapuśniak z ziemniakami (9)

Zielone spaghetti w bazyliowym pesto z groszkiem, brokułem i mozzarellą (1,7)
Kompot owocowy /Woda

Gruszka + Wafle ryżowe z miodem wielokwiatowym

ŚRODA 30.10.2024

Kakao na mleku (7)/Herbata owocowa
Masło (7)
Pieczywo żytnie (1)
Serek ziołowy (własnej roboty) (7)
Szynka roślinna
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Owoc kaki

Barszcz ukraiński z ziemniaczkami (7,9)

Kolorowe kaszotto z kaszą bulgur, soczewicą i warzywami posypane świeżą natką pietruszki (1)
Kompot owocowy /Woda

Koktajl wiśniowy z daktylami na jogurcie naturalnym (7)

CZWARTEK 31.10.2024

Jaglanka na mleku z jagodami (7)
 Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Pasta z pieczonej dyni z masłem orzechowym (5,8)
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Sok dynia jabłko

Zupa krem z czerwonej soczewicy z pomidorami i papryką z groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)

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

Banan + andrut (1)

PIĄTEK 01.11.2024

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**