

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

ŚNIADANIE	ZUPA		OBIAD	
<b>PONIEDZIAŁEK 13.11.2023</b>				
Mleko (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1,11) Twarożek kremowy naturalny (7) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jabłko	Zupa krem z zielonego groszku z miętą + groszek ptysiowy (1,3,7,9)	Gulasz drobiowy z warzywami Kasza gryczana palona Mini marchewka gotowana z oliwą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki bananowe
<b>WTOREK 14.11.2023</b>				
Czekoladowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata malinowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1,11) Południca sopocka (6) Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Koktajl banan-malina na jogurcie naturalnym (7)	Zupa jarzynowa z dynią posypana świeżą natką pietruszki (1,9)	Stripsy z piersi kurczaka w panierce kukurydzianej Ziemniaki gotowane Surówka wielowarzywna z dressingiem ziołowym Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8) Żłobek: jabłko + andruty (1)
<b>ŚRODA 15.11.2023</b>				
Herbata miętowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Kabanosy drobiowe Smalec z fasoli z ogórkiem kiszonym (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Budyń waniliowy z jagodami (7)	Barszcz biały z jajkiem i kielbaską (1,3,7,9)	Makaron kokardki w twarózkim i polewą jogurtowo-truskawkową (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + talarki bez cukru z błonnikiem (1,7)
<b>CZWARTEK 16.11.2023</b>				
Płatki żytnie na mleku z żurawiną (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1,11) Południca wędzona z indyka Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa ogórkowa z koperkiem i ryżem (7,9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1) Puree ziemniaczane Kalafior gotowany z masłem i bułką tartą (1,7) Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny (7) + chrupki kukurydziane
<b>PIĄTEK 17.11.2023</b>				
Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wielowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1,11) Sałatka Caprese z pesto bazyliowym (7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka	Sok jabłko-brzoskwinia	Kremowa zupa cebulowa + chrupiące grzanki (1,9)	Paluszki rybne z mintaja (1,4) Ryż paraboliczny Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	Muffinka biszkoptowa (1,3,7) + jabłko

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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 możliwa obecność 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 PRZEDSZKOLNY (DIETA BEZMLECZNA)

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 13.11.2023

<p>Napój ryżowy /Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenne (1,11) Twarożek kremowy z tofu (6) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor</p>	<p>Jabłko</p>	<p>Zupa krem z zielonego groszku z miętą + grzanki (1,9)</p>	<p>Gulasz drobiowy z warzywami Kasza gryczana palona Mini marchewka gotowana z oliwą Kompot owocowy/Woda</p>	<p>Gruszka + chrupki bananowe</p>
--	---------------	--	--	-----------------------------------

### WTOREK 14.11.2023

<p>Czekoladowa owsianka na napoju roślinnym/Herbata malinowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1,11) Połudwica sopocka (6) Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor</p>	<p>Koktajl banan-malina na jogurcie naturalnym roślinnym</p>	<p>Zupa jarzynowa z dynią posypana świeżą natką pietruszki (1,9)</p>	<p>Stripsy z piersi kurczaka w panierce kukurydzianej Ziemniaki gotowane Surówka wielowarzywna z dressingiem ziołowym Kompot owocowy/Woda</p>	<p>Mieszanka studencka (5,8) Żłobek: jabłko + andruty (1)</p>
--	--	--	---	---

### ŚRODA 15.11.2023

<p>Herbata miętowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Kabanosy drobiowe Smalec z fasoli z ogórkiem kiszonym (własnej roboty) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona</p>	<p>Budyń waniliowy z jagodami na napoju roślinnym</p>	<p>Barszcz biały z jajkiem i kielbaską (1,3,9)</p>	<p>Makaron kokardki w tofu i polewą jogurtowo-truskawkową na jogurcie kokosowym (1,6) Kompot owocowy/Woda</p>	<p>Banan + andruty (1)</p>
---	---	--	---	----------------------------

### CZWARTEK 16.11.2023

<p>Płatki żytnie na napoju roślinnym z żurawiną (1)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1,11) Połudwica wędzona z indyka Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek</p>	<p>Melon</p>	<p>Zupa ogórkowa z koperkiem i ryżem (9)</p>	<p>Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1) Puree ziemniaczane Kalafior gotowany z bułką tartą (1) Kompot owocowy/Woda</p>	<p>Jogurt roślinny w kubeczku + chrupki kukurydziane</p>
--	--------------	--	--	--

### PIĄTEK 17.11.2023

<p>Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1)/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo graham (1,11) Sałatka Caprese z tofu i pesto bazyliowym (6) Ser żółty roślinny Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka</p>	<p>Sok jabłko-brzoskwinia</p>	<p>Kremowa zupa cebulowa + chrupiące grzanki (1,9)</p>	<p>Paluszki rybne z mintaja (1,4) Ryż paraboliczny Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda</p>	<p>Ciasteczka mini zoo (1) + jabłko</p>
---	-------------------------------	--	--	---

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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-Sezami 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 PRZEDSZKOLNY (DIETA BEZGLUTENOWA)

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 13.11.2023

<b>Mleko (7)</b> /Herbata truskawkowa <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo bezglutenowe</b> <b>Twarożek kremowy naturalny (7)</b> Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jabłko	Zupa krem z zielonego groszku z miętą + grzanki b/g (9)	Gulasz drobiowy z warzywami Kasza gryczana palona Mini marchewka gotowana z oliwą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki bananowe
--	--------	---	--	----------------------------

#### WTOREK 14.11.2023

<b>Czekoladowa owsianka b/g na mleku (7)</b> /Herbata malinowa <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo bezglutenowe</b> <b>Półdzwica sopocka (6)</b> Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Koktajl banan-malina na jogurcie naturalnym (7)	Zupa jarzynowa z dynią posypana świeżą natką pietruszki (1,9)	Stripsy z piersi kurczaka w panierce kukurydzianej Ziemniaki gotowane Surówka wielowarzywna z dressingiem ziołowym Kompot owocowy/Woda	<b>Mieszanka studencka (5,8)</b> <b>Żłobek:</b> jabłko + wafle kukurydziane
--	---	---	---	--

#### ŚRODA 15.11.2023

Herbata miętowa <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo bezglutenowe</b> <b>Kabanosy drobiowe</b> <b>Smalec z fasoli z ogórkiem kiszonym (własnej roboty)</b> Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Budyń waniliowy z jagodami (7)	Barszcz biały z jajkiem i kielbaską (3,7,9)	Makaron bezglutenowy w twarogowym i polewą jogurtowo-truskawkową (7) Kompot owocowy/Woda	Banan + wafle kukurydziane
---	--------------------------------	---	---	----------------------------

#### CZWARTEK 16.11.2023

<b>Płatki jaglane na mleku z żurawiną (7)</b> /Herbata czarna z cytryną <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo bezglutenowe</b> <b>Półdzwica wędzona z indyka</b> Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa ogórkowa z koperkiem i ryżem (7,9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej b/g Puree ziemniaczane Kalafior gotowany z masłem (7) Kompot owocowy/Woda	<b>Jogurt naturalny pitny (7)</b> + chrupki kukurydziane
---	-------	---	---	---

#### PIĄTEK 17.11.2023

<b>Kakao na mleku (7)</b> /Herbata wielowocowa <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo bezglutenowe</b> <b>Sałatka Caprese z pesto bazyliowym (7)</b> <b>Ser żółty Gouda (7)</b> Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka	Sok jabłko-brzoskwinia	Kremowa zupa cebulowa + chrupiące grzanki b/g (9)	„Paluszki rybne” z miruny w panierce kukurydzianej (4) Ryż paraboliczny Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	<b>Muffinka kakaowa bezglutenowa (3)</b> + jabłko
---	------------------------	---	--	---

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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 PRZEDSZKOLNY (DIETA BEZJAJECZNA)

ŚNIADANIE	ZUPA		OBIAD	
<b>PONIEDZIAŁEK 13.11.2023</b>				
Mleko (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1,11) Twarożek kremowy naturalny (7) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jabłko	Zupa krem z zielonego groszku z miętą + grzanki (1,9)	Gulasz drobiowy z warzywami Kasza gryczana palona Mini marchewka gotowana z oliwą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki bananowe
<b>WTOREK 14.11.2023</b>				
Czekoladowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata malinowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1,11) Południca sopočka (6) Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Koktajl banan-malina na jogurcie naturalnym (7)	Zupa jarzynowa z dynią posypana świeżą natką pietruszki (1,9)	Stripsy z piersi kurczaka w panierce kukurydzianej Ziemniaki gotowane Surówka wielowarzywna z dressingiem ziołowym Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8) Żłobek: jabłko + andruty (1)
<b>ŚRODA 15.11.2023</b>				
Herbata miętowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Kabanosy drobiowe Smalec z fasoli z ogórkiem kiszonym (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Budyń waniliowy z jagodami (7)	Barszcz biały z kiełbaską (1,7,9)	Makaron kokardki w twarózkim i polewą jogurtowo-truskawkową (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + talarki bez cukru z błonnikiem (1,7)
<b>CZWARTEK 16.11.2023</b>				
Płatki żytnie na mleku z żurawiną (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1,11) Południca wędzona z indyka Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa ogórkowa z koperkiem i ryżem (7,9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1) Puree ziemniaczane Kalafior gotowany z masłem i bułką tartą (1,7) Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny (7) + chrupki kukurydziane
<b>PIĄTEK 17.11.2023</b>				
Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1,11) Sałatka Caprese z pesto bazyliowym (7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka	Sok jabłko-brzoskwinia	Kremowa zupa cebulowa + chrupiące grzanki (1,9)	Paluszki rybne z mintaja (1,4) Ryż paraboliczny Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	Ciasteczka jaglane + jabłko

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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 PRZEDSZKOLNY (DIETA WEGETARIAŃSKA)

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 13.11.2023

Mleko (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1,11) Twarożek kremowy naturalny (7) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jabłko	Zupa krem z zielonego groszku z miętą + groszek ptysiowy (1,3,7,9)	Gulasz warzywny z ciecierzycą Kasza gryczana palona Mini marchewka gotowana z oliwą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki bananowe
---	--------	--	--	----------------------------

### WTOREK 14.11.2023

Czekoladowa owsianka na mleku (1,7)/Herbata malinowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1,11) Wędlina roślinna Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Koktajl banan-malina na jogurcie naturalnym (7)	Zupa jarzynowa z dynią posypana świeżą natką pietruszki (1,9)	Nuggetsy wegetariańskie (1) Ziemniaki gotowane Surówka wielowarzywna z dressingiem ziołowym Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8) Żłobek: jabłko + andruty (1)
---	---	---	--	---

### ŚRODA 15.11.2023

Herbata miętowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Kabanosy roślinne Smalec z fasoli z ogórkiem kiszonym (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Budyń waniliowy z jagodami (7)	Barszcz biały z jajkiem i kielbaską roślinną (1,3,7,9)	Makaron kokardki w twarózkim i polewą jogurtowo-truskawkową (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + talarki bez cukru z błonnikiem (1,7)
--	--------------------------------	--	--	--

### CZWARTEK 16.11.2023

Płatki żytnie na mleku z żurawiną (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1,11) Wędlina roślinna Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa ogórkowa z koperkiem i ryżem (7,9)	Falafel z ciecierzycy (1) Puree ziemniaczane Kalafior gotowany z masłem i bułką tartą (1,7) Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny (7) + chrupki kukurydziane
--	-------	---	--	---

### PIĄTEK 17.11.2023

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wielowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1,11) Sałatka Caprese z pesto bazyliowym (7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka	Sok jabłko-brzoskwinia	Kremowa zupa cebulowa + chrupiące grzanki (1,9)	Kotlety a la rybne wegetariańskie (1) Ryż paraboliczny Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	Muffinka biszkoptowa (1,3,7) + jabłko
---	------------------------	---	---	---------------------------------------

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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

