

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 04.12.2023

Herbata truskawkowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenne (1,11)**  
**Kabanosy drobiowo-wieprzowe**  
**Ser mozzarella (7)**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Jogurt naturalny +  
 płatki Muesli**  
**żurawina, borówka,  
 jagody goji (1,7)**

**Zupa krem ziemniaczany z  
 czosnkiem i prażonym  
 słonecznikiem (9)**

**Ryż pieczony z jabłkiem prażonym i cynamonem**  
**Jogurt brzoskwiniowy (7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Gruszka + podpłomyki  
 bez cukru (1,7)**

#### WTOREK 05.12.2023

**Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata malinowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenno-żytnie (1,11)**  
**Szynka złota (1,6)**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Słupki owocowe:**  
*kaki, jabłko, melon*

**Krupnik z kaszą pęczak i  
 warzywami (1,9)**

**Spaghetti bolognese z łopatką wieprzową i warzywami  
 posypane serem mozzarella i świeżą bazylią (1,7,9)**  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + chrupki  
 kukurydziane**

#### ŚRODA 06.12.2023 MIKOŁAJKI

Zimowa herbata z cytryną, miodem i goździkami  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Ser żółty Mazdamer (7)**  
**Pasta z pieczonej marchewki i cieciorki z czarnuszką**  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

**Koktajl banan  
 wiśnia na jogurcie  
 naturalnym (7)**

**Zupa z białą fasolą i warzywami na  
 pomidorach (9)**

**Kotleciki drobiowe siekane z warzywami (1,3,9)**  
 Ziemniaki gotowane z koperkiem  
 Surówka z czerwonej kapusty z kukurydza i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Ciasteczka korzenne  
 (1,3,5,7,8) + mandarynka**

#### CZWARTEK 07.12.2023

**Waniliowy ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Kiełbasa Żywiecka (9,10)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Sok owocowo-  
 warzywny**  
*pomarańcza, jabłko,  
 marchew*

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

**Indyk duszony z warzywami i dynią (9)**  
**Kasza kuskus (1)**  
**Brokuł gotowany**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Jogurt pitny naturalny (7)  
 + biszkopty bez cukru  
 (1,3)**

#### PIĄTEK 08.12.2023

**Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3)**  
**Twarożek kremowy (7)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

**Shake  
 truskawkowy na  
 mleku (7)**

**Zupa jarzynowa z marchewką i  
 ziemniakami (7,9)**

**Pieczony filet z miruny sote (4)**  
 Puree ziemniaczane  
 Surówka z kapusty kiszzonej z cebulka i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Rogalik z miodem i  
 prażonymi płatkami  
 migdałów (1,5,8)**

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 BEZMLECZNA)

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 04.12.2023

Herbata truskawkowa  
**Margaryna**  
**Pieczywo pszenne (1,11)**  
**Kabanosy drobiowo-wieprzowe**  
**Ser żółty roślinny**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Jogurt naturalny roślinny + płatki**  
**Muesli żurawina, borówka jagody goji (1)**

**Zupa krem ziemniaczany z czosnkiem i prażonym sonecznikiem (9)**

**Ryż pieczony z jabłkiem prażonym i cynamonem**  
**Jogurt brzoskwiniowy b/m**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Gruszka + andruty (1)**

#### WTOREK 05.12.2023

**Czekoladowa jaglanka na napoju roślinnym/Herbata malinowa**  
**Margaryna**  
**Pieczywo pszenno-żytnie (1,11)**  
**Szynka złota (1,6)**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Słupki owocowe: kaki, jabłko, melon**

**Krupnik z kaszą pęczak i warzywami (1,9)**

**Spaghetti bolognese z łopatką wieprzową i warzywami posypane serem mozzarella b/m i świeżą bazylią (1,9)**  
**Ogórek kiszony**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + chrupki kukurydziane**

#### ŚRODA 06.12.2023

Zimowa herbata z cytryną, miodem i goździkami  
**Margaryna**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Ser żółty roślinny**  
**Pasta z pieczonej marchewki i cieciorą z czarnuszką**  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

**Koktajl banan wiśnia na jogurcie naturalnym roślinnym**

**Zupa z białą fasolą i warzywami na pomidorach (9)**

**Kotleciki drobiowe siekane z warzywami (1,3,9)**  
**Ziemniaki gotowane z koperkiem**  
**Surówka z czerwonej kapusty z kukurydza i marchewką**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Ciasteczka korzenne (1,3) + mandarynka**

#### CZWARTEK 07.12.2023

**Waniliowy ryż na napoju roślinnym /Herbata czarna z cytryną**  
**Margaryna**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Kielbasa Żywiecka (9,10)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Sok owocowo-warzywny pomarańcza, jabłko, marchew**

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

**Indyk duszony z warzywami i dynią (9)**  
**Kasza kuskus (1)**  
**Brokuł gotowany**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Napój owsiany (1) + biszkopty bez cukru (1,3)**

#### PIĄTEK 08.12.2023

**Kakao na napoju roślinnym/Herbata wieloowocowa**  
**Margaryna**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3)**  
**Twarożek z tofu (6)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

**Shake truskawkowy na napoju ryżowym**

**Zupa jarzynowa z marchewką i ziemniakami (9)**

**Pieczony filet z miruny sote (4)**  
**Puree ziemniaczane**  
**Surówka z kapusty kiszonej z cebulka i marchewką**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Rogalik z miodem i prażonymi płatkami migdałów (1,5,8)**

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-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.

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

# JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY (DIETA BEZMLECZNA-Z OGRANICZONĄ ZAWARTOŚCIĄ GLUTENU)

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 04.12.2023

Herbata truskawkowa  
**Margaryna**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Kabanosy drobiowo-wieprzowe**  
**Ser żółty roślinny**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Jogurt naturalny roślinny + płatki bezglutenowe z żurawiną**

**Zupa krem ziemniaczany z czosnkiem i prażonym słonecznikiem (9)**

**Ryż pieczony z jabłkiem prażonym i cynamonem**  
**Jogurt brzoskwiniowy b/m**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Gruszka + wafle ryżowe**

### WTOREK 05.12.2023

**Czekoladowa jaglanka na napoju roślinnym/Herbata malinowa**  
**Margaryna**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Szynka b/g**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Słupki owocowe: kaki, jabłko, melon**

**Krupnik z kaszą jaglaną i warzywami (9)**

**Spaghetti bolognese b/g z łopatką wieprzową i warzywami posypane serem mozzarella b/m i świeżą bazylią (9)**  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + chrupki kukurydziane**

### ŚRODA 06.12.2023

Zimowa herbata z cytryną, miodem i goździkami  
**Margaryna**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Ser żółty roślinny**  
**Pasta z pieczonej marchewki i cieciorą z czarnuszką**  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

**Koktajl banan wiśnia na jogurcie naturalnym roślinnym**

**Zupa z białą fasolą i warzywami na pomidorach (9)**

**Kotleciki drobiowe siekane z warzywami b/g (3,9)**  
 Ziemniaki gotowane z koperkiem  
 Surówka z czerwonej kapusty z kukurydza i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Ciasteczka korzenne b/g + mandarynka**

### CZWARTEK 07.12.2023

**Waniliowy ryż na napoju roślinnym /Herbata czarna z cytryną**  
**Margaryna**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Kielbasa Żywiecka (9,10)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Sok owocowo-warzywny pomarańcza, jabłko, marchew**

**Rosół drobiowo-wołowy z makaronem b/g i świeżą natką pietruszki (9)**

**Indyk duszony z warzywami i dynią (9)**  
**Kasza jaglana**  
 Brokuł gotowany  
**Kompot owocowy/Woda**

**Napój owsiany (1) + ciasteczka jaglane b/g**

### PIĄTEK 08.12.2023

**Kakao na napoju roślinnym/Herbata wieloowocowa**  
**Margaryna**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3)**  
**Twarożek z tofu (6)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

**Shake truskawkowy na napoju ryżowym**

**Zupa jarzynowa z marchewką i ziemniakami (9)**

**Pieczony filet z miruny sote (4)**  
 Puree ziemniaczane  
 Surówka z kapusty kiszonej z cebulka i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Buteczka b/g z miodem i prażonymi płatkami migdałów (5,8)**

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-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.

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

# JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY (DIETA Z OGRANICZONĄ ZAWARTOŚCIĄ GLUTENU)

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 04.12.2023

Herbata truskawkowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Kabanosy drobiowo-wieprzowe**  
**Ser mozzarella (7)**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Jogurt naturalny +  
 płatki  
 bezglutenowe z  
 żurawiną suszoną  
 (7)**

**Zupa krem ziemniaczany z  
 czosnkiem i prażonym  
 słończnikiem (9)**

**Ryż pieczony z jabłkiem prażonym i cynamonem**  
**Jogurt brzoskwiniowy (7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Gruszka + herbatniki b/g  
 (3,7)**

### WTOREK 05.12.2023

**Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata malinowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Szynka b/g**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Słupki owocowe:  
 kaki, jabłko, melon**

**Krupnik z kaszą jaglaną i  
 warzywami (9)**

**Spaghetti bolognese b/g z łopatką wieprzową i warzywami  
 posypane serem mozzarella i świeżą bazylią (7,9)**  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + chrupki  
 kukurydziane**

### ŚRODA 06.12.2023 MIKOŁAJKI

Zimowa herbata z cytryną, miodem i goździkami  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Ser żółty Mazdamer (7)**  
**Pasta z pieczonej marchewki i cieciorki z czarnuszką**  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

**Koktajl banan  
 wiśnia na jogurcie  
 naturalnym (7)**

**Zupa z białą fasolą i warzywami na  
 pomidorach (9)**

**Kotleciki drobiowe siekane z warzywami b/g (3,9)**  
 Ziemniaki gotowane z koperkiem  
 Surówka z czerwonej kapusty z kukurydza i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Ciasteczka korzenne b/g  
 + mandarynka**

### CZWARTEK 07.12.2023

**Waniliowy ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Kiełbasa Żywiecka (9,10)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Sok owocowo-  
 warzywny  
 pomarańcza, jabłko,  
 marchew**

**Rosół drobiowo-wołowy z  
 makaronem b/g i świeżą natką  
 pietruszki (9)**

**Indyk duszony z warzywami i dynią (9)**  
**Kasza jaglana**  
**Brokuł gotowany**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Jogurt pitny naturalny (7)  
 + ciasteczka jaglane b/g**

### PIĄTEK 08.12.2023

**Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3)**  
**Twarożek kremowy (7)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

**Shake  
 truskawkowy na  
 mleku (7)**

**Zupa jarzynowa z marchewką i  
 ziemniakami (7,9)**

**Pieczony filet z miruny sote (4)**  
 Puree ziemniaczane  
 Surówka z kapusty kiszzonej z cebulka i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Bułeczka b/g z miodem i  
 prażonymi płatkami  
 migdałów (5,8)**

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



# JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY (DIETA BEZJAJECZNA)

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 04.12.2023

Herbata truskawkowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenne (1,11)**  
**Kabanosy drobiowo-wieprzowe**  
**Ser mozzarella (7)**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Jogurt naturalny +  
 płatki Muesli**  
**żurawina, borówka**  
 **jagody goji (1,7)**

**Zupa krem ziemniaczany z  
 czosnkiem i prażonym**  
 **sonecznikiem (9)**

**Ryż pieczony z jabłkiem prażonym i cynamonem**  
**Jogurt brzoskwiniowy (7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Gruszka + podpłomyki  
 bez cukru (1,7)**

### WTOREK 05.12.2023

**Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata malinowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenno-żytnie (1,11)**  
**Szynka złota (1,6)**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Słupki owocowe:**  
*kaki, jabłko, melon*

**Krupnik z kaszą pęczak i  
 warzywami (1,9)**

**Spaghetti bolognese z łąpatką wieprzową i warzywami**  
**posypane serem mozzarella i świeżą bazylią (1,7,9)**  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + chrupki  
 kukurydziane**

### ŚRODA 06.12.2023 MIKOŁAJKI

Zimowa herbata z cytryną, miodem i goździkami  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Ser żółty Mazdamer (7)**  
**Pasta z pieczonej marchewki i cieciorci z czarnuszką**  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

**Koktajl banan  
 wiśnia na jogurcie**  
**naturalnym (7)**

**Zupa z białą fasolą i warzywami na  
 pomidorach (9)**

**Kotleciki drobiowe siekane z warzywami (1,9)**  
 Ziemniaki gotowane z koperkiem  
 Surówka z czerwonej kapusty z kukurydza i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Ciasteczka korzenne (1,7)**  
 + mandarynka

### CZWARTEK 07.12.2023

**Waniliowy ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Kiełbasa Żywiecka (9,10)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Sok owocowo-  
 warzywny**  
*pomarańcza, jabłko,  
 marchew*

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

**Indyk duszony z warzywami i dynią (9)**  
**Kasza kuskus (1)**  
**Brokuł gotowany**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Jogurt pitny naturalny (7)**  
 + ciasteczka jaglane

### PIĄTEK 08.12.2023

**Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Pasta warzywna z ciecierzycy**  
**Twarożek kremowy (7)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

**Shake  
 truskawkowy na  
 mleku (7)**

**Zupa jarzynowa z marchewką i  
 ziemniakami (7,9)**

**Pieczony filet z miruny sote (4)**  
 Puree ziemniaczane  
 Surówka z kapusty kiszzonej z cebulka i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Rogalik z miodem i  
 prażonymi płatkami**  
 **migdałów (1,5,8)**

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

# JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY (DIETA WEGETARIAŃSKA)

## ŚNIADANIE

## ZUPA

## OBIAD

### PONIEDZIAŁEK 04.12.2023

Herbata truskawkowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenne (1,11)**  
**Kabanosy roślinne**  
**Ser mozzarella (7)**  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Jogurt naturalny +  
 płatki Muesli**  
**żurawina, borówka**  
**jagody goji (1,7)**

**Zupa krem ziemniaczany z  
 czosnkiem i prażonym**  
**śonecznikiem (9)**

**Ryż pieczony z jabłkiem prażonym i cynamonem**  
**Jogurt brzoskwiniowy (7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Gruszka + podpłomyki  
 bez cukru (1,7)**

### WTOREK 05.12.2023

**Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata malinowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenno-żytnie (1,11)**  
**Szynka roślinna**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Słupki owocowe:**  
*kaki, jabłko, melon*

**Krupnik z kaszą pęczak i  
 warzywami (1,9)**

**Spaghetti z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem  
 mozzarella i świeżą bazylią (1,7,9)**  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + chrupki  
 kukurydziane**

### ŚRODA 06.12.2023 MIKOŁAJKI

Zimowa herbata z cytryną, miodem i goździkami  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Ser żółty Mazdamer (7)**  
**Pasta z pieczonej marchewki i cieciorci z czarnuszką**  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

**Koktajl banan  
 wiśnia na jogurcie  
 naturalnym (7)**

**Zupa z białą fasolą i warzywami na  
 pomidorach (9)**

**Kotleciki drobiowe siekane z warzywami (1,3,9)**  
 Ziemniaki gotowane z koperkiem  
 Surówka z czerwonej kapusty z kukurydza i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Ciasteczka korzenne  
 (1,3,5,7,8) + mandarynka**

### CZWARTEK 07.12.2023

**Waniliowy ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Szynka roślinna**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Sok owocowo-  
 warzywny**  
*pomarańcza, jabłko,  
 marchew*

**Bulion warzywny z makaronem i  
 świeżą natką pietruszki (1,9)**

**Gulasz z vege gyrosem z fasoli, warzywami i dynią (9)**  
**Kasza kuskus (1)**  
 Brokuł gotowany  
**Kompot owocowy/Woda**

**Jogurt pitny naturalny (7)  
 + biszkopty bez cukru  
 (1,3)**

### PIĄTEK 08.12.2023

**Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3)**  
**Twarożek kremowy (7)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

**Shake  
 truskawkowy na  
 mleku (7)**

**Zupa jarzynowa z marchewką i  
 ziemniakami (7,9)**

**Kotlet a la rybny wegetariański (1)**  
 Puree ziemniaczane  
 Surówka z kapusty kiszzonej z cebulka i marchewką  
**Kompot owocowy/Woda**

**Rogalik z miodem i  
 prażonymi płatkami  
 migdałów (1,5,8)**

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**