

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 10.06.2024

Herbata truskawkowa <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo pszenno-żytnie (1)</b> <b>Ser żółty Gouda (7)</b> Pierś wędzona z indyka Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	<b>Shake mleczny z jagodami (7)</b>	<b>Zupa pomidorowa z makaronem zacierkowym i świeżą natką pietruszki (1,7,9)</b>	Gulasz drobiowy z indyka <b>Kasza bulgur (1)</b> Mix warzyw gotowanych <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)</b>
---	-------------------------------------	--	--	---

#### WTOREK 11.06.2024

<b>Kasza manna na mleku (1,7)/Herbata malinowa</b> <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo pszenne (1)</b> <b>Kurczak wolno gotowany (3,6,7)</b> Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Sok owocowy ( <i>jabłko, ananas</i> )	<b>Barszcz czerwony z białą fasolą i warzywami (7,9)</b>	<b>Kolorowe risotto z warzywami i kurczakiem (9)</b> Groszek zielony gotowany <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Jogurt naturalny (7) + biskopki bez cukru (1,3)</b>
--	---------------------------------------	--	--	--

#### ŚRODA 12.06.2024

Herbata miętowa <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo pełnoziarniste (1,11)</b> <b>Twarożek kremowy (7)</b> Powidła śliwkowe Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	<b>Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)</b>	Stripsy z piersi kurczaka Ziemniaki gotowane Surówka wiosenna z kapustą, rzodkiewką i kukurydzą z dressingiem koperkowym <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Mleko naturalne w kartoniku (7) + chrupki kukurydziane</b>
--	-------	---	--	---

#### CZWARTEK 13.06.2024

<b>Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną</b> <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo graham (1)</b> <b>Serek ziołowy (7)</b> Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	<b>Bananowy kefir (7)</b>	<b>Zupa jarzynowa z kalafiozem i koperkiem (7,9)</b>	<b>Spaghetti bolognese z łopatką wieprzową i serem mozzarella (1,7)</b> Ogórek kiszony <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Muffinka biskopkowa (1,3,7) + jabłko</b>
---	---------------------------	--	---	---

#### PIĄTEK 14.06.2024

<b>Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa</b> <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo żytnie (1)</b> <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)</b> <b>Pasta z makreli w sosie pomidorowym (4,9)</b> Warzywa: sałata, pomidor, papryka	<b>Słupki owocowo-warzywne (<i>kalarepa, marchewka, jabłko</i>)</b>	<b>Zupa krem z ciecierzycy + prażone pestki słonecznika i dyni (9)</b>	<b>Kopytka z polewą jogurtowo-truskawkową i świeżymi truskawkami (1,7)</b> <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Gruszka + mini wafle kukurydziane z polewą malinową (6,7)</b>
---	---	--	--	--

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 10.06.2024

Herbata truskawkowa <b>Margaryna</b> <b>Pieczywo pszenno-żytnie (1)</b> <b>Ser żółty roślinny</b> Pierś wędzona z indyka Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	<b>Shake z jagodami na napoju roślinnym</b>	<b>Zupa pomidorowa z makaronem zacierkowym i świeżą natką pietruszki (1,9)</b>	Gulasz drobiowy z indyka <b>Kasza bulgur (1)</b> Mix warzyw gotowanych <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)</b>
--	---	--	--	---

#### WTOREK 11.06.2024

<b>Kasza manna na napoju roślinnym (1)/Herbata malinowa</b> <b>Margaryna</b> <b>Pieczywo pszenne (1)</b> Pierś wędzona z indyka Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Sok owocowy ( <i>jabłko, ananas</i> )	<b>Barszcz czerwony z białą fasolą i warzywami (9)</b>	<b>Kolorowe risotto z warzywami i kurczakiem (9)</b> Groszek zielony gotowany <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Jogurt roślinny kokosowy + biskwopty bez cukru (1,3)</b>
--	---------------------------------------	--	--	---

#### ŚRODA 12.06.2024

Herbata miętowa <b>Margaryna</b> <b>Pieczywo pełnoziarniste (1,11)</b> <b>Twarożek z tofu (6)</b> Powidła śliwkowe Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Melon	<b>Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (9,10)</b>	Stripsy z piersi kurczaka Ziemniaki gotowane Surówka wiosenna z kapustą, rzodkiewką i kukurydzą z dressingiem koperkowym <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Napój owsiany bez cukru (1)</b> + chrupki kukurydziane
---	-------	---	--	--

#### CZWARTEK 13.06.2024

<b>Płatki kukurydziane na napoju roślinnym/Herbata czarna z cytryną</b> <b>Margaryna</b> <b>Pieczywo graham (1)</b> <b>Serek ziołowy z tofu (6)</b> Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	<b>Bananowy kefir (7)</b>	<b>Zupa jarzynowa z kalafiozem i koperkiem (9)</b>	<b>Spaghetti bolognese z łopatką wieprzową i serem roślinnym (1)</b> Ogórek kiszony <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Muffinka biskwoptowa bezmleczna (własnej roboty) (1,3) + jabłko</b>
---	---------------------------	--	--	--

#### PIĄTEK 14.06.2024

<b>Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1)/Herbata wieloowocowa</b> <b>Margaryna</b> <b>Pieczywo żytnie (1)</b> <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)</b> <b>Pasta z makreli w sosie pomidorowym (4,9)</b> Warzywa: sałata, pomidor, papryka	<b>Słupki owocowo-warzywne</b> ( <i>kalarepa, marchewka, jabłko</i> )	<b>Zupa krem z ciecierzycy + prażone pestki słonecznika i dyni (9)</b>	<b>Kopytka z polewą jogurtowo-truskawkową b/m i świeżymi truskawkami (1)</b> <b>Kompot owocowy/Woda</b>	Gruszka + suszone jabłuszka
--	---	--	--	-----------------------------

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 PROD. ZAW. GLUTEN

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

#### PONIEDZIAŁEK 10.06.2024

Herbata truskawkowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Ser żółty Gouda (7)**  
 Pierś wędzona z indyka  
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

**Shake mleczny z jagodami (7)**

**Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym i świeżą natką pietruszki (7,9)**

Gulasz drobiowy z indyka  
**Kasza jaglana**  
 Mix warzyw gotowanych  
**Kompot owocowy/Woda**

**Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)**

#### WTOREK 11.06.2024

**Płatki jaglane na mleku (7)/Herbata malinowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Kurczak wolno gotowany (3,6,7)**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Sok owocowy (*jabłko, ananas*)

**Barszcz czerwony z białą fasolą i warzywami (7,9)**

**Kolorowe risotto z warzywami i kurczakiem (9)**  
 Groszek zielony gotowany  
**Kompot owocowy/Woda**

**Jogurt naturalny (7) + herbatniki bezglutenowe**

#### ŚRODA 12.06.2024

Herbata miętowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Twarożek kremowy (7)**  
 Powidła śliwkowe  
 Warzywa: rosłonka, ogórek, papryka czerwona

Melon

**Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)**

Stripsy z piersi kurczaka  
 Ziemniaki gotowane  
 Surówka wiosenna z kapustą, rzodkiewką i kukurydzą z dressingiem koperkowym  
**Kompot owocowy/Woda**

**Mleko naturalne w kartoniku (7) + chrupki kukurydziane**

#### CZWARTEK 13.06.2024

**Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Serek ziołowy (7)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Bananowy kefir (7)**

**Zupa jarzynowa z kalafiozem i koperkiem (7,9)**

**Spaghetti b/g bolognese z łopatką wieprzową i serem mozzarella (7)**  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy/Woda**

**Muffinka bezglutenowa z morelą (3) + jabłko**

#### PIĄTEK 14.06.2024

**Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
**Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)**  
**Pasta z makreli w sosie pomidorowym (4,9)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

**Słupki owocowo-warzywne (*kalarepa, marchewka, jabłko*)**

**Zupa krem z ciecierzycy + prażone pestki słonecznika i dyni (9)**

**Kopytka b/g z polewą jogurtowo-truskawkową i świeżymi truskawkami (7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Gruszka + mini wafle kukurydziane z polewą malinową (6,7)**

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 10.06.2024

Herbata truskawkowa <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo pszenno-żytnie (1)</b> <b>Ser żółty Gouda (7)</b> Pierś wędzona z indyka Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	<b>Shake mleczny z jagodami (7)</b>	<b>Zupa pomidorowa z makaronem zacierkowym i świeżą natką pietruszki (1,7,9)</b>	Gulasz drobiowy z indyka <b>Kasza bulgur (1)</b> Mix warzyw gotowanych <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)</b>
---	-------------------------------------	--	--	---

#### WTOREK 11.06.2024

<b>Kasza manna na mleku (1,7)/Herbata malinowa</b> <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo pszenne (1)</b> Pierś wędzona z indyka Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Sok owocowy ( <i>jabłko, ananas</i> )	<b>Barszcz czerwony z białą fasolą i warzywami (7,9)</b>	<b>Kolorowe risotto z warzywami i kurczakiem (9)</b> Groszek zielony gotowany <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Jogurt naturalny (7) + ciasteczka jaglane</b>
---	---------------------------------------	--	--	--

#### ŚRODA 12.06.2024

Herbata miętowa <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo pełnoziarniste (1,11)</b> <b>Twarożek kremowy (7)</b> Powidła śliwkowe Warzywa: rosłonka, ogórek, papryka czerwona	Melon	<b>Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)</b>	Stripsy z piersi kurczaka Ziemniaki gotowane Surówka wiosenna z kapustą, rzodkiewką i kukurydzą z dressingiem koperkowym <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Mleko naturalne w kartoniku (7) + chrupki kukurydziane</b>
--	-------	---	--	---

#### CZWARTEK 13.06.2024

<b>Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną</b> <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo graham (1)</b> <b>Serek ziołowy (7)</b> Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	<b>Bananowy kefir (7)</b>	<b>Zupa jarzynowa z kalafiozem i koperkiem (7,9)</b>	<b>Spaghetti bolognese z łopatką wieprzową i serem mozzarella (1,7)</b> Ogórek kiszony <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Muffinka biskoptowa własnej roboty (1) + jabłko</b>
---	---------------------------	--	---	--

#### PIĄTEK 14.06.2024

<b>Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa</b> <b>Masło (7)</b> <b>Pieczywo żytnie (1)</b> <b>Pasta warzywna z ciecierzycy</b> <b>Pasta z makreli w sosie pomidorowym (4,9)</b> Warzywa: sałata, pomidor, papryka	<b>Słupki owocowo-warzywne (<i>kalarepa, marchewka, jabłko</i>)</b>	<b>Zupa krem z ciecierzycy + prażone pestki słonecznika i dyni (9)</b>	<b>Kopytka z polewą jogurtowo-truskawkową i świeżymi truskawkami (1,7)</b> <b>Kompot owocowy/Woda</b>	<b>Gruszka + mini wafle kukurydziane z polewą malinową (6,7)</b>
---	---	--	--	--

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 10.06.2024

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

**Shake mleczny z jagodami (7)**

**Zupa pomidorowa z makaronem zacierkowym i świeżą natką pietruszki (1,7,9)**

Gulasz warzywny z fasolą  
**Kasza bulgur (1)**  
 Mix warzyw gotowanych  
**Kompot owocowy/Woda**

**Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)**

#### WTOREK 11.06.2024

**Kasza manna na mleku (1,7)/Herbata malinowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenne (1)**  
 Szyńka roślinna  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Sok owocowy (jabłko, ananas)**

**Barszcz czerwony z białą fasolą i warzywami (7,9)**

**Kolorowe risotto z warzywami i vege „gyrosem” z fasoli (1,9)**  
 Groszek zielony gotowany  
**Kompot owocowy/Woda**

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

#### ŚRODA 12.06.2024

Herbata miętowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Twarożek kremowy (7)**  
 Powidła śliwkowe  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Melon

**Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)**

**Nuggetsy wegetariański (1)**  
 Ziemniaki gotowane  
 Surówka wiosenna z kapustą, rzodkiewką i kukurydzą z dressingiem koperkowym  
**Kompot owocowy/Woda**

**Mleko naturalne w kartoniku (7) + chrupki kukurydziane**

#### CZWARTEK 13.06.2024

**Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1)**  
**Serek ziołowy (7)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Bananowy kefir (7)**

**Zupa jarzynowa z kalafiozem i koperkiem (7,9)**

**Spaghetti bolognese z soczewicą czerwoną i serem mozzarella (1,7)**  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy/Woda**

**Muffinka biskopkowa (1,3,7) + jabłko**

#### PIĄTEK 14.06.2024

**Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo żytnie (1)**  
**Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10)**  
**Pasta warzywna z ciecierzycy**  
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

**Słupki owocowo-warzywne (kalarepa, marchewka, jabłko)**

**Zupa krem z ciecierzycy + prażone pestki słonecznika i dyni (9)**

**Kopytka z polewą jogurtowo-truskawkową i świeżymi truskawkami (1,7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Gruszka + mini wafle kukurydziane z polewą malinową (6,7)**

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.

