

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 21.07.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Ser żółty Mazdamer (7) Szynka biała (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt z musem brzoskwinowym (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonym słonecznikiem (9)	Kolorowy smażony ryż z kurczakiem i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + wafle ryżowe z serkiem malinowym (7)
---	-------------------------------------	---	--	--

WTOREK 22.07.2025

Ryż na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pieczarkowy z makaronem (1,7,9)	Kotlety mielone drobiowo-wieprzowe z warzywami (1,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem Mizeria z ogórków z koperkiem na jogurcie naturalnym (7) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + Chrupki owsiane bez cukru (1,7)
--	-------	--	---	---

Środa 23.07.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Serek kremowy naturalny (7) Pasta z pieczonej marchewki Warzywa: rosłonka, ogórek, papryka czerwona	Kefir malinowy (7)	Zupa krem ziemniaczany z grzankami czosnkowymi (1,9)	Makaron z twarogiem i polewą truskawkowo-jogurtową (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + słupki warzywne z marchewki i kalarepy
---	--------------------	---	---	---

CZWARTEK 24.07.2025

Cynamonowa owsianka (1,7,8)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Szynka chlebową (6) Warzywa: rosłonka, ogórek, papryka czerwona	Sok świeży (jabłko marchew)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Pieczone paki z kurczaka w papryce Puree ziemniaczane Fasolka szparagowa gotowana Kompot owocowy/Woda	Pszenny świderek maślany (1,3,7) + Budyń śmietankowy (7)
---	--------------------------------	--	--	--

PIĄTEK 25.07.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Salatka z tuńczykiem, ryżem, kukurydzą i ogórkiem kiszonym (3,4,10) Jajko gotowane na twardo (3) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Arbuz	Żurek z kielbaską (1,7,9,10)	Kopytka z cebulką (1) Surówka z marchewki i jabłka (7) Kompot owocowy/Woda	Baton Raw daktylowy banan-kakao (5,8)
---	-------	------------------------------	--	--

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 21.07.2025

Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Ser żółty roślinny Szynka biała (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt roślinny z musem brzoskwinowym	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonym słonecznikiem (9)	Kolorowy smażony ryż z kurczakiem i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + wafle ryżowe z dżemem truskawkowym
---	--	---	--	--

WTOREK 22.07.2025

Ryż na napój roślinny/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo graham (1) Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pieczarkowy z makaronem (1,9)	Kotlety mielone drobiowo-wieprzowe z warzywami (1,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem Surówka z ogórka zielonego z koperkiem Kompot owocowy/Woda	Jabłko + chrupki kukurydziane
--	-------	--	---	----------------------------------

Środa 23.07.2025

Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Serek kremowy z tofu (6) Pasta z pieczonej marchewki Warzywa: rosółka, ogórek, papryka czerwona	Shake malinowy na napój roślinny	Zupa krem ziemniaczany z grzankami czosnkowymi (1,9)	Makaron z tofu i polewą truskawkowo-jogurtową b/m (1,6) Kompot owocowy/Woda	Banan + słupki warzywne z marchewki i kalarepy
---	-------------------------------------	---	--	---

CZWARTEK 24.07.2025

Cynamonowa owsianka na napój roślinny (1,8)/Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Szynka chlebową (6) Warzywa: rosółka, ogórek, papryka czerwona	Sok świeży (jabłko marchew)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Pieczone pałki z kurczaka w papryce Puree ziemniaczane Fasolka szparagowa gotowana Kompot owocowy/Woda	Pszenny świderek maślany b/m b/jaj (1) + Budyń śmietankowy na napój roślinny
--	--------------------------------	--	---	---

PIĄTEK 25.07.2025

Kawa zbożowa na napój roślinny (1)/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Sałatka z tuńczykiem, ryżem, kukurydza i ogórkiem kiszonym (3,4,10) Jajko gotowane na twardo (3) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Arbuz	Żurek z kiełbaską (1,9,10)	Kopytka z cebulką (1) Surówka z marchewki i jabłka Kompot owocowy/Woda	Baton Raw daktylowy banan-kakao (5,8)
---	-------	----------------------------	--	--

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 21.07.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Ser żółty Mazdamer (7) Szynka biała (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt z musem brzoskwinowym (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonym słonecznikiem (9)	Kolorowy smażony ryż z kurczakiem i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + wafle ryżowe z serkiem malinowym (7)
---	-------------------------------------	---	--	--

WTOREK 22.07.2025

Ryż na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pieczarkowy z makaronem (1,7,9)	Kotlety mielone drobiowo-wieprzowe z warzywami (1,9) Ziemniaki gotowane z koperkiem Mizeria z ogórków z koperkiem na jogurcie naturalnym (7) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + Chrupki owsiane bez cukru (1,7)
---	-------	--	---	---

Środa 23.07.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Serek kremowy naturalny (7) Pasta z pieczonej marchewki Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Kefir malinowy (7)	Zupa krem ziemniaczany z grzankami czosnkowymi (1,9)	Makaron z twarogiem i polewą truskawkowo-jogurtową (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + słupki warzywne z marchewki i kalarepy
---	--------------------	---	---	---

CZWARTEK 24.07.2025

Cynamonowa owsianka (1,7,8)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Szynka chlebową (6) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Sok świeży (jabłko marchew)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Pieczone pałki z kurczaka w papryce Puree ziemniaczane Fasolka szparagowa gotowana Kompot owocowy/Woda	Pszenny świderek maślany b/m b/jaj (1) + Budyń śmietankowy (7)
--	--------------------------------	--	---	--

PIĄTEK 25.07.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Sałatka z tuńczykiem, ryżem, kukurydza i ogórkiem kiszonym (4,10) Ser żółty (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Arbuz	Żurek z kiełbaską (1,7,9,10)	Kopytka z cebulką (1) Surówka z marchewki i jabłka (7) Kompot owocowy/Woda	Baton Raw daktylowy banan-kakao (5,8)
---	-------	------------------------------	--	--

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 WEGETERIAŃSKA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 21.07.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Ser żółty Mazdamer (7) Szynka roślinna Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt z musem brzoskwinowym (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonym słonecznikiem (9)	Kolorowy smażony ryż z ciecierzycą i warzywami doprawiony kurkumą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + wafle ryżowe z serkiem malinowym (7)
---	-------------------------------------	---	---	--

WTOREK 22.07.2025

Ryż na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa krem pieczarkowy z makaronem (1,7,9)	Falafel z ciecierzycy i kukurydzy (1) Ziemniaki gotowane z koperkiem Mizeria z ogórków z koperkiem na jogurcie naturalnym (7) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + Chrupki owsiane bez cukru (1,7)
--	-------	--	--	---

Środa 23.07.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Serek kremowy naturalny (7) Pasta z pieczonej marchewki Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Kefir malinowy (7)	Zupa krem ziemniaczany z grzankami czosnkowymi (1,9)	Makaron z twarogiem i polewą truskawkowo-jogurtową (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + słupki warzywne z marchewki i kalarepy
--	--------------------	---	---	---

CZWARTEK 24.07.2025

Cynamonowa owsianka (1,7,8)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Szynka roślinna Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Sok świeży (jabłko marchew)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Nuggetsy wegetariańskie (1) Puree ziemniaczane Fasolka szparagowa gotowana Kompot owocowy/Woda	Pszenny świderek maślany (1,3,7) + Budyń śmietankowy (7)
---	--------------------------------	--	---	--

PIĄTEK 25.07.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Sałatka z ryżem, kukurydza i ogórkiem kiszonym (3,10) Jajko gotowane na twardo (3) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Arbuz	Żurek z warzywami (1,7,9)	Kopytka z cebulką (1) Surówka z marchewki i jabłka (7) Kompot owocowy/Woda	Baton Raw daktylowy banan-kakao (5,8)
--	-------	---------------------------	--	--

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 21.07.2025

Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
Ser żółty Mazdamer (7)
Szynka biała (6)
 Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor

Jogurt z musem
 brzoskwinowym (7)

Zupa krem z zielonego groszku z miętą
 i prażonym słonecznikiem (9)

Kolorowy smażony ryż z kurczakiem i warzywami doprawiony
 kurkumą
 Kompot owocowy/Woda

Jabłko + wafle ryżowe z
 serkiem malinowym (7)

WTOREK 22.07.2025

Ryż na mleku (7)/Herbata wieloowocowa
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
Krem kakaowo-bananowy z orzechami (8)
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Melon

Zupa krem pieczarkowy z makaronem
 b/g (7,9)

Kotlety mielone drobiowo-wieprzowe z warzywami b/g (9)
 Ziemniaki gotowane z koperkiem
 Mizeria z ogórków z koperkiem na jogurcie naturalnym (7)
 Kompot owocowy/Woda

Jabłko + chrupki
 kukurydziane

Środa 23.07.2025

Herbata owocowa
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
Serek kremowy naturalny (7)
Pasta z pieczonej marchewki
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Kefir malinowy (7)

Zupa krem ziemniaczany z grzankami
 czosnkowymi b/g (9)

Makaron b/g z twarogiem i polewą truskawkowo-jogurtową (7)
 Kompot owocowy/Woda

Banan + słupki warzywne z
 marchewki i kalarepy

CZWARTEK 24.07.2025

Cynamonowa owsianka b/g (7,8)/Herbata owocowa
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
Szynka chlebową (6)
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Sok świeży (jabłko
 marchew)

Zupa krupnik z kaszą jaglaną i
 warzywami (9)

Pieczone pałki z kurczaka w papryce
 Puree ziemniaczane
 Fasolka szparagowa gotowana
 Kompot owocowy/Woda

Bufeczka bezglutenowa z
 dżemem owocowym +
 Budyń śmietankowy (7)

PIĄTEK 25.07.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa
Masło (7)
Pieczywo bezglutenowe
**Salatka z tuńczykiem, ryżem, kukurydza i ogórkiem kiszonym
 (3,4,10)**
Jajko gotowane na twardo (3)
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Arbuz

Żurek b/g z kiełbaską (7,9,10)

Kopytka b/g z cebulką
 Surówka z marchewki i jabłka (7)
 Kompot owocowy/Woda

Baton Raw daktylowy
 banan-kakao (5,8)

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.