

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 10.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Szynka chlebowa (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake truskawkowy (7)	Zupa krem ziemniaczano-porowy z chrupiącymi grzankami czosnkowymi (1,9)	Gulasz drobiowy-warzywny z papryką (9) Kasza gryczana Mini marchewka paryska z oliwą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + biszkopty bez cukru (1,3)
--	-----------------------	---	---	------------------------------------

WTOREK 11.03.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pieczony paszтет drobiowy (1) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa fasolowa z ziemniakami (9)	Makaron z kurczakiem w sosie śmietanowo-serowym z brokułem (1,7) Kompot owocowy/Woda	Bufeczka pszenna z powidłami śliwkowymi (1)
--	-------	---------------------------------	---	---

ŚRODA 12.03.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Hummus pomidorowy z czarnuszką (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Pomarańcze	Zupa jarzynowa z dynią (7,9)	Pieczone pałki z kurczaka w papryce Ryż paraboliczny z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Budyń waniliowy z morelą (7)
--	------------	------------------------------	---	------------------------------

CZWARTEK 13.03.2025

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy (7)	Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)	Kotlety mielone w panierce (1) Puree ziemniaczane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Gruszka + daktyle suszone
---	---------------------	--	--	---------------------------

PIĄTEK 14.03.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Pasta z łososia z serkiem, ogórkiem i koperkiem (4,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Maślanka malinowa (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gnocchi ziemniaczane w sosie pomidorowym z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + podpłomyki bez cukru (1,7)
--	-----------------------	---	--	------------------------------------

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-Łubin 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 10.03.2025

Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek roślinny z tofu (6) Szynka chlebowa (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake truskawkowy na napoju roślinnym	Zupa krem ziemniaczano-porowy z chrupiącymi grzankami czosnkowymi (1,9)	Gulasz drobiowy-warzywny z papryką (9) Kasza gryczana Mini marchewka paryska z oliwą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + biszkopty bez cukru (1,3)
--	---------------------------------------	---	---	------------------------------------

WTOREK 11.03.2025

Czekoladowa jaglanka na napoju roślinnym/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Pieczony paszтет drobiowy (1) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa fasolowa z ziemniaczkami (9)	Makaron z kurczakiem w sosie śmietanowo-serowym b/m z brokułem (1) Kompot owocowy/Woda	Bufeczka pszenna z powidłami śliwkowymi (1)
---	-------	-----------------------------------	---	---

ŚRODA 12.03.2025

Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty roślinny Hummus pomidorowy z czarnuszką (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Pomarańcze	Zupa jarzynowa z dynią b/m (9)	Pieczone pałki z kurczaka w papryce Ryż paraboliczny z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Budyń waniliowy na napoju roślinnym z morelą
--	------------	--------------------------------	---	--

CZWARTEK 13.03.2025

Płatki kukurydziane na napoju roślinnym/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy na jogurcie roślinnym kokosowym	Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem b/m (9,10)	Kotlety mielone w panierce (1) Puree ziemniaczane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Gruszka + daktyle suszone
--	---	--	--	---------------------------

PIĄTEK 14.03.2025

Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1)/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Jajecznica ze szczypiorkiem (3) Pasta z łososia, tofu, ogórkiem i koperkiem (4,6) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Shake malinowy na napoju roślinnym	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gnocchi ziemniaczane w sosie pomidorowym z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem roślinnym (1,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + andruty (1)
---	------------------------------------	---	---	---------------------

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 10.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Szynka chlebowa (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake truskawkowy (7)	Zupa krem ziemniaczano-porowy z chrupiącymi grzankami czosnkowymi (1,9)	Gulasz drobiowy-warzywny z papryką (9) Kasza gryczana Mini marchewka paryska z oliwą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + ciasteczka jaglane
--	-----------------------	---	---	-----------------------------

WTOREK 11.03.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pieczony paszтет drobiowy (1) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa fasolowa z ziemniaczkami (9)	Makaron z kurczakiem w sosie śmietanowo-serowym z brokułem (1,7) Kompot owocowy/Woda	Bufeczka pszenna z powidłami śliwkowymi (1)
--	-------	-----------------------------------	---	---

ŚRODA 12.03.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Hummus pomidorowy z czarnuszką (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Pomarańcze	Zupa jarzynowa z dynią (7,9)	Pieczone paki z kurczaka w papryce Ryż paraboliczny z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Budyń waniliowy z morelą (7)
--	------------	------------------------------	--	------------------------------

CZWARTEK 13.03.2025

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy (7)	Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)	Kotlety mielone w panierce (1) Puree ziemniaczane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Gruszka + daktyle suszone
---	---------------------	--	--	---------------------------

PIĄTEK 14.03.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Tofucznicza ze szczypiorkiem (6) Pasta z łososia z serkiem, ogórkiem i koperkiem (4,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Maślanka malinowa (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gnocchi ziemniaczane w sosie pomidorowym z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + podplomyki bez cukru (1,7)
---	-----------------------	---	--	------------------------------------

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 Z OGRANICZENIEM PRODUKTÓW ZAWIERAJĄCYCH GLUTEN

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 10.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Twarożek (7) Szynka chlebowa (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake truskawkowy (7)	Zupa krem ziemniaczano-porowy z chrupiącymi grzankami czosnkowymi b/g (9)	Gulasz drobiowy-warzywny z papryką (9) Kasza gryczana Mini marchewka paryska z oliwą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + ciasteczka jaglane
--	-----------------------	---	---	-----------------------------

WTOREK 11.03.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Paszтет drobiowy (własnej roboty) b/g Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa fasolowa z ziemniaczkami (9)	Makaron bezglutenowy z kurczakiem w sosie śmietanowo-serowym z brokułem (7) Kompot owocowy/Woda	Bufeczka bezglutenowa z powidłami śliwkowymi
--	-------	-----------------------------------	--	--

ŚRODA 12.03.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Ser żółty Mazdamer (7) Hummus pomidorowy z czarnuszką (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Pomarańcze	Zupa jarzynowa z dynią (7,9)	Pieczone paki z kurczaka w papryce Ryż paraboliczny z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Budyń waniliowy z morelą (7)
---	------------	------------------------------	--	------------------------------

CZWARTEK 13.03.2025

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szynka złota (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy (7)	Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)	Kotlety mielone w panierce b/g Puree ziemniaczane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Gruszka + daktyle suszone
---	---------------------	--	--	---------------------------

PIĄTEK 14.03.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Pasta z łososia z serkiem, ogórkiem i koperkiem (4,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Maślanka malinowa (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Kopytka ziemniaczane b/g w sosie pomidorowym z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem mozzarella (7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane
--	-----------------------	---	--	------------------------------

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 10.03.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Szynka roślinna Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Shake truskawkowy (7)	Zupa krem ziemniaczano-porowy z chrupiącymi grzankami czosnkowymi (1,9)	Gulasz warzywny z papryką i vege „gyrosem” z fasoli (9) Kasza gryczana Mini marchewka paryska z oliwą Kompot owocowy/Woda	Jabłko + biszkopty bez cukru (1,3)
--	-----------------------	---	--	------------------------------------

WTOREK 11.03.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pasta warzywna z ciecierzycy Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Melon	Zupa fasolowa z ziemniaczkami (9)	Makaron z ciecierzycą w sosie śmietanowo-serowym z brokulem (1,7) Kompot owocowy/Woda	Bufeczka pszenna z powidłami śliwkowymi (1)
---	-------	-----------------------------------	--	---

ŚRODA 12.03.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Hummus pomidorowy z czarnuszką (własnej roboty) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Pomarańcze	Zupa jarzynowa z dynią (7,9)	Nuggetsy wegetariańskie (1) Ryż paraboliczny z kolorowymi warzywami Kompot owocowy/Woda	Budyń waniliowy z morelą (7)
--	------------	------------------------------	---	------------------------------

CZWARTEK 13.03.2025

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Serek waniliowy (7)	Zupa ogórkowa z ryżem i koperkiem (7,9,10)	Falafel z ciecierzycy i kukurydzy Puree ziemniaczane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Gruszka + daktyle suszone
--	---------------------	--	---	---------------------------

PIĄTEK 14.03.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Pasta z serkiem, ogórkiem i koperkiem (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Maślanka malinowa (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gnocchi ziemniaczane w sosie pomidorowym z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + podkłomyki bez cukru (1,7)
--	-----------------------	---	--	------------------------------------

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.