

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE				
ŚNIADANIE	ZUPA		OBIAD	
PONIEDZIAŁEK 14.07.2025				
Mleko (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek(7) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Arbuz	Zupa krem z ciecierzycy z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym i musem truskawkowym (7) Kompot owocowy/Woda	Pieczywo chrupkie razowe z serkiem naturalnym z plasterkami ogórka zielonego (1)
WTOREK 15.07.2025				
Kasza manna na mleku z jabłuszkiem (1,7)/ Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Gruszka	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9)	Gnocchi ziemniaczane w sosie Napoli z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane
Środa 16.07.2025				
Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Gouda (7) Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Jabłko	Zupa pomidorowa z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,7,9)	Kotlet schabowy w panierce (1,3) Ziemniaki gotowane z koperkiem Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-banan na jogurcie naturalnym (7)
CZWARTEK 17.07.2025				
Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/ Herbata malinowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Kurczak wolno gotowany (3,6,7) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Sok świeży jabłko-brzoskwinia	Zupa krem z cukinii z prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9) Kasza bulgur (1) Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny w butelce (7) + Ciasteczka zbożowe z owocami (1,7)
PIĄTEK 18.07.2025				
Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10) Pasta z pieczonej papryki i serem feta (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Deserek panna cotta z musem truskawkowym (7)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietanką (7,9)	Kotlety rybne z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym (1,4,7) Ryż paraboliczny Brokuł gotowany Kompot owocowy/Woda	Rogalik maślany (1,3) + gruszka

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



JADŁOSPIS DIETA BEZMLECZNA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 14.07.2025

Napój roślinny/Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Arbuz	Zupa krem z ciecierzycy z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym roślinnym i mussem truskawkowym Kompot owocowy/Woda	Pieczywo chrupkie razowe z serkiem naturalnym z plasterkami ogórka zielonego (1)
--	-------	--	--	---

WTOREK 15.07.2025

Kasza manna na napoju roślinnym z jabłuszkiem (1)/ Herbata wielooowocowa Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Gruszka	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (9)	Gnocchi ziemniaczane w sosie Napoli z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem roślinnym (1,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane
--	---------	---	---	---------------------------------

Środa 16.07.2025

Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty roślinny Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Jabłko	Zupa pomidorowa z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Kotlet schabowy w panierce (1,3) Ziemniaki gotowane z koperkiem Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-banan na jogurcie naturalnym roślinnym
---	--------	--	--	--

CZWARTEK 17.07.2025

Czekoladowa jaglanka na napoju roślinnym/Herbata malinowa Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Sok świeży jabłko- brzoskwinia	Zupa krem z cukinii z prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9) Kasza bulgur (1) Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Napój roślinny owsiany + biszkopty b/c (1,3)
--	-----------------------------------	--	--	---

PIĄTEK 18.07.2025

Herbata wielooowocowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10) Pasta z pieczonej papryki Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Deserek panna cotta z musem truskawkowym b/m	Barszcz czerwony z ziemniakami zabielany śmietanką roślinną (9)	Kotlety rybne z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym b/m (1,4) Ryż paraboliczny Brokuł gotowany Kompot owocowy/Woda	Rogalik maślane (1,3) + gruszka
--	--	--	--	------------------------------------

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 14.07.2025

Mleko (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Twarożek (7) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Arbuz	Zupa krem z ciecierzycy z chrupiącymi czosnkowymi grzankami b/g (9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym i musem truskawkowym (7) Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z serkiem naturalnym z plasterkami ogórka zielonego
---	-------	--	---	--

WTOREK 15.07.2025

Ryż na mleku z jabłuszkiem (7)/ Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szyńka złota (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Gruszka	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9)	Kopytka w sosie Napoli z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem mozzarella (7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane
---	---------	---	---	---------------------------------

Środa 16.07.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Ser żółty Gouda (7) Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Jabłko	Zupa pomidorowa z makaronem b/g i świeżą natką pietruszki (7,9)	Kotlet schabowy w panierce b/g (3) Ziemniaki gotowane z koperkiem Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-banan na jogurcie naturalnym (7)
---	--------	--	--	---

CZWARTEK 17.07.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/ Herbata malinowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Kurczak wolno gotowany (3,6,7) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Sok świeży jabłko- brzoskwinia	Zupa krem z cukinii z prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9) Kasza jaglana Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny w butelce (7) + jabłuszka
--	-----------------------------------	--	---	---

PIĄTEK 18.07.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10) Pasta z pieczonej papryki i serem feta (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Deserek panna cotta z musem truskawkowym (7)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabielany śmietanką (7,9)	Kotlety rybne z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym b/g (4,7) Ryż paraboliczny Brokuł gotowany Kompot owocowy/Woda	Muffinka bezglutenowa z morelą (3) + gruszka
---	--	---	--	---

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 14.07.2025

Mleko (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Arbuz	Zupa krem z ciecierzycy z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym i musem truskawkowym (7) Kompot owocowy/Woda	Pieczywo chrupkie razowe z serkiem naturalnym z plasterkami ogórka zielonego (1)
---	-------	--	---	---

WTOREK 15.07.2025

Kasza manna na mleku z jabłuszkami (1,7)/ Herbata wielooowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Gruszka	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9)	Gnocchi ziemniaczane w sosie Napoli z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane
--	---------	---	--	---------------------------------

Środa 16.07.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Gouda (7) Kiełbaski roślinne z keczupem Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Jabłko	Zupa pomidorowa z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,7,9)	Nuggetsy wegetariańskie w panierce (1) Ziemniaki gotowane z koperkiem Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-banan na jogurcie naturalnym (7)
---	--------	--	--	---

CZWARTEK 17.07.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/ Herbata malinowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Sok świeży jabłko- brzoskwinia	Zupa krem z cukinii z prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gulasz z warzywami i ciecierzycą (9) Kasza bulgur (1) Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny w butelce (7) + Ciasteczka zbożowe z owocami (1,7)
---	-----------------------------------	--	--	---

PIĄTEK 18.07.2025

Herbata wielooowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10) Pasta z pieczonej papryki i serem feta (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Deserek panna cotta z musem truskawkowym (7)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabielany śmietanką (7,9)	Falafel z kukurydzy w sosie koperkowo-śmietanowym (1,4,7) Ryż paraboliczny Brokuł gotowany Kompot owocowy/Woda	Rogalik maślane (1,3) + gruszka
---	--	---	---	------------------------------------

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 14.07.2025

Mleko (7)/Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Twarożek (7) Powidła śliwkowe Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Arbuz	Zupa krem z ciecierzycy z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym i musem truskawkowym (7) Kompot owocowy/Woda	Pieczywo chrupkie razowe z serkiem naturalnym z plasterkami ogórka zielonego (1)
---	-------	--	---	---

WTOREK 15.07.2025

Kasza manna na mleku z jabłuszkami (1,7)/ Herbata wielooowocowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Gruszka	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9)	Gnocchi ziemniaczane w sosie Napoli z soczewicą czerwoną i warzywami posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane
---	---------	---	--	---------------------------------

Środa 16.07.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Gouda (7) Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Jabłko	Zupa pomidorowa z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,7,9)	Kotlet schabowy w panierce b/jaj (1) Ziemniaki gotowane z koperkiem Marchewka z groszkiem Kompot owocowy/Woda	Koktajl mango-banan na jogurcie naturalnym (7)
--	--------	--	--	---

CZWARTEK 17.07.2025

Czekoladowa jaglanka na mleku (7)/ Herbata malinowa Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Sok świeży jabłko- brzoskwinia	Zupa krem z cukinii z prażonymi płatkami migdałów (8,9)	Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9) Kasza bulgur (1) Kalafior gotowany Kompot owocowy/Woda	Jogurt naturalny pitny w butelce (7) + Ciasteczka zbożowe z owocami (1,7)
--	-----------------------------------	--	--	---

PIĄTEK 18.07.2025

Herbata wielooowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta warzywna Pasta z pieczonej papryki i serem feta (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Deserek panna cotta z musem truskawkowym (7)	Barszcz czerwony z ziemniakami zabielany śmietanką (7,9)	Kotlety rybne z miruny w sosie koperkowo-śmietanowym (1,4,7) Ryż paraboliczny Brokuł gotowany Kompot owocowy/Woda	Rogalik maślane b/m b/jaj (1) + gruszka
---	--	---	--	--

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.