

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 09.06.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka chlebowa (6) Twarożek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i miodem (7)	Zupa krem marchewkowy z nutą pomarańczy i prażonymi pestkami dyni (9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym i musem truskawkowym (7) Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8)
--	---	---	--	---------------------------

WTOREK 10.06.2025

Płatki owsiane na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pasta ze słonecznika z soczewicą czerwoną Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Arbuz	Zupa krem z cukinii z groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)	Makaron z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowy z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + Shake czekoladowy na mleku (7)
---	-------	---	---	--

Środa 11.06.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Warzywa: rosółka, ogórek, papryka czerwona	Sok jabłko marchew dynia	Kapuśniak z młodej kapusty ziemniakami (9)	Gulasz węgierski z łopatką wieprzowej Kasza gryczana palona Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Deser chia z bananem na jogurcie naturalnym (7) + biszkopty bez cukru (1,3)
---	--------------------------	--	---	--

CZWARTEK 12.06.2025

Ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Kurczak wolno gotowany (3,6,7) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Truskawki świeże	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym (1,9)	Kotlety mielone z łopatką wieprzowej (1) Ziemniaki gotowane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Rogal maślany (1,3) + jabłko
--	------------------	---	--	------------------------------

PIĄTEK 13.06.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Paszтет rybny z miruny z warzywami (własnej roboty) (1,3,4) Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kefir wiśniowy (7)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (7,9)	Pierogi z serem i ziemniakami polane śmietanką (1,7) Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Chrupki kukurydziane bananowe
---	--------------------	---	--	---

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 09.06.2025				
Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka chlebowa (6) Twarożek tofu z rzodkiewką i szczypiorkiem (6) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny roślinny z płatkami kukurydzianymi i miodem	Zupa krem marchewkowy z nutą pomarańczy i prażonymi pestkami dyni (9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem roślinnym i musem truskawkowym Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8)
WTOREK 10.06.2025				
Płatki owsiane na napoju roślinnym (1)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Pasta ze słonecznika z soczewicą czerwoną Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Arbuz	Zupa krem z cukinii z grzankami (1,9)	Makaron z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowy b/m z pomidorkami koktajlowymi i tofu (1,6) Kompot owocowy/Woda	Banan + Shake czekoladowy na napoju roślinnym
Środa 11.06.2025				
Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty roślinny Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Warzywa: rosponka, ogórek, papryka czerwona	Sok jabłko marchew dynia	Kapuśniak z młodej kapusty ziemniakami (9)	Gulasz węgierski z łopatkki wieprzowej Kasza gryczana palona Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Deser chia z bananem na jogurcie naturalnym roślinnym + biszkoptry bez cukru (1,3)
CZWARTEK 12.06.2025				
Ryż na napoju roślinnym /Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka chlebowa (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Truskawki świeże	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym (1,9)	Kotlety mielone z łopatkki wieprzowej (1) Ziemniaki gotowane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Rogal maślany (1,3) + jabłko
PIĄTEK 13.06.2025				
Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Paszтет rybny z miruny z warzywami (własnej roboty) (1,3,4) Jajecznicza ze szczypiorkiem (3) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Shake wiśniowy na napoju roślinnym	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (9)	Pierogi z ziemniakami i cebulką (1) Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane bananowe

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 09.06.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka chlebowa (6) Twarożek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i miodem (7)	Zupa krem marchewkowy z nutą pomarańczy i prażonymi pestkami dyni (9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym i musem truskawkowym (7) Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8)
--	---	---	--	---------------------------

WTOREK 10.06.2025

Płatki owsiane na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pasta ze słonecznika z soczewicą czerwoną Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Arbuz	Zupa krem z cukinii z grzanki (1,9)	Makaron z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowy z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + Shake czekoladowy na mleku (7)
---	-------	-------------------------------------	---	--

Środa 11.06.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Sok jabłko marchew dynia	Kapuśniak z młodej kapusty ziemniakami (9)	Gulasz węgierski z łopatką wieprzowej Kasza gryczana palona Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Deser chia z bananem na jogurcie naturalnym (7) + ciasteczka jaglane
---	--------------------------	--	---	--

CZWARTEK 12.06.2025

Ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka chlebowa (6) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Truskawki świeże	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym (1,9)	Kotlety mielone z łopatką wieprzowej (1) Ziemniaki gotowane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Rogal maślany b/jaj (1) + jabłko
---	------------------	---	--	----------------------------------

PIĄTEK 13.06.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Paszтет rybny z miruny z warzywami (własnej roboty) b/jaj (1,4) Tofucznicza ze szczypiorkiem (6) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kefir wiśniowy (7)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (7,9)	Pierogi z serem i ziemniakami polane śmietanką (1,7) Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Chrupki kukurydziane bananowe
--	--------------------	---	--	---

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 ZWEIERAJĄCYCH GLUTEN

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 09.06.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szynka chlebowa (6) Twarożek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i miodem (7)	Zupa krem marchewkowy z nutą pomarańczy i prażonymi pestkami dyni (9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym i musem truskawkowym (7) Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8)
--	---	---	--	---------------------------

WTOREK 10.06.2025

Płatki owsiane b/g na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Pasta ze słonecznika z soczewicą czerwoną Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Arbuz	Zupa krem z cukinii z grzanki b/g (9)	Makaron b/g z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowy z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (7) Kompot owocowy/Woda	Banan + Shake czekoladowy na mleku (7)
---	-------	---------------------------------------	---	--

Środa 11.06.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Ser żółty Mazdamer (7) Kiełbaski śniadaniowe z keczupem Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Sok jabłko marchew dynia	Kapuśniak z młodej kapusty ziemniakami (9)	Gulasz węgierski z łopatki wieprzowej Kasza gryczana palona Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Deser chia z bananem na jogurcie naturalnym (7) + ciasteczka jaglane
---	--------------------------	--	---	--

CZWARTEK 12.06.2025

Ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Kurczak wolno gotowany (3,6,7) Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Truskawki świeże	Zupa zacierkowa z makaronem b/g na bulionie drobiowym (9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej b/g Ziemniaki gotowane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Bufeczka b/g z dżemem owocowym + jabłko
--	------------------	---	--	---

PIĄTEK 13.06.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Pasztecik rybny z miruną z warzywami (własnej roboty) b/g (3,4) Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kefir wiśniowy (7)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (7,9)	Pierogi leniwe z twarogiem polane śmietanką (7) Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Chrupki kukurydziane bananowe
--	--------------------	---	---	---

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 09.06.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka roślinna Twarożek wiejski z rzodkiewką i szczypiorkiem (7) Warzywa: sałata, papryka czerwona, pomidor	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i miodem (7)	Zupa krem marchewkowy z nutą pomarańczy i prażonymi pestkami dyni (9)	Zapiekany ryż z jabłkiem prażonym polany jogurtem naturalnym i musem truskawkowym (7) Kompot owocowy/Woda	Mieszanka studencka (5,8)
--	---	---	--	---------------------------

WTOREK 10.06.2025

Płatki owsiane na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pasta ze słonecznika z soczewicą czerwoną (własnej roboty) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Arbuz	Zupa krem z cukinii z groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)	Makaron z ciecierzycą w sosie szpinakowo-śmietanowy z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (1,7) Kompot owocowy/Woda	Banan + Shake czekoladowy na mleku (7)
--	-------	---	--	--

Środa 11.06.2025

Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Kiełbaski śniadaniowe roślinne z keczupem Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Sok jabłko marchew dynia	Kapuśniak z młodej kapusty ziemniakami (9)	Gulasz węgierski z soczewicą czerwoną Kasza gryczana palona Fasolka szparagowa zielona Kompot owocowy/Woda	Deser chia z bananem na jogurcie naturalnym (7) + biszkopty bez cukru (1,3)
---	--------------------------	--	---	--

CZWARTEK 12.06.2025

Ryż na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, papryka żółta, ogórek	Truskawki świeże	Zupa zacierkowa na bulionie warzywnym (1,9)	Nuggetsy wegetariańskie (1) Ziemniaki gotowane Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Rogal maślany (1,3) + jabłko
---	------------------	---	---	------------------------------

PIĄTEK 13.06.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta z ciecierzycy Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kefir wiśniowy (7)	Barszcz czerwony z fasolą białą i warzywami (7,9)	Pierogi z serem i ziemniakami polane śmietanką (1,7) Surówka z czerwonej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Gruszka + chrupki kukurydziane bananowe
---	--------------------	---	--	---

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.