

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 30.06.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka złota (6) Serek ziołowy (własnej roboty) (7) Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Shake brzoskwiniowy (7)	Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym ze słonecznikiem prażonym (9)	Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9) Kasza bulgur (1) Marchewka paryska gotowana z oliwą z oliwek Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Gofry naturalne (1,7)
---	-------------------------	---	--	---------------------------------

WTOREK 01.07.2025

Owsianka na mleku z prażonymi migdałami (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Smalec z fasoli Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9,10)	Makaron spaghetti w sosie bolognese posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + sok owocowo-warzywny (jabłko, rabarbar)
---	--------	--	--	---

Środa 02.07.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Dżem owocowy niskosłodzony Twarożek (7) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Arbuz	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym (1,9)	Kotlet drobiowy w panierce kukurydzianej Ziemniaki gotowane z koperkiem Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-truskawka na jogurcie naturalnym (7)
---	-------	---	--	--

CZWARTEK 03.07.2025

Muesli truskawkowo-wiśniowe na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Kurczak wolno gotowany (3,6,7) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Truskawki świeże	Zupa krem ziemniaczany z prażoną cieciorą (9)	Naleśniki z serem (1,3,7) Jogurt naturalny (7) Kompot owocowy/Woda	Paluch pszenny (1) + słupki warzywne (marchew, kalarepa, ogórek zielony)
---	------------------	---	--	--

PIĄTEK 04.07.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta z łososia z serkiem, ogórkiem i koperkiem (4,7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel owocowy (własnej roboty)	Zupa pomidorowa z ryżem zabelana śmietanką (7,9)	Jajko sadzone (3) Ziemniaczki pieczone Mizeria z ogórków z koperkiem na jogurcie naturalnym (7) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + Muffinka biszkoptowa (1,3,7)
--	---------------------------------	--	--	---------------------------------------

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.

Według norm IŻŻ dzienne zapotrzebowanie kaloryczne dla dzieci w wieku 4-6 lat wynosi: 1400 kcal



JADŁOSPIS DIETA BEZMLECZNA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 30.06.2025

Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka złota (6) Serek ziołowy roślinny (6) Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Shake brzoskwiniowy na napoju roślinnym	Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym ze słonecznikiem prażonym (9)	Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9) Kasza bulgur (1) Marchewka paryska gotowana z oliwą z oliwek Kompot owocowy/Woda	Gruszka + andruty (1)
---	--	---	--	-----------------------

WTOREK 01.07.2025

Owsianka na napoju roślinnym z prażonymi migdałami (1,8)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Smalec z fasoli Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem (9,10)	Makaron spaghetti w sosie bolognese posypane serem mozzarella roślinnym (1,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + sok owocowo- warzywny (jabłko, rabarbar)
--	--------	---	---	---

Środa 02.07.2025

Kawa zbożowa na napoju roślinnym (1)/Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Dżem owocowy niskosłodzony Twarożek roślinny (6) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Arbuz	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym (1,9)	Kotlet drobiowy w panierce kukurydzianej Ziemniaki gotowane z koperkiem Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-truskawka na jogurcie naturalnym roślinnym
--	-------	--	--	--

CZWARTEK 03.07.2025

Muesli truskawkowo-wiśniowe na napoju roślinnym (1)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Truskawki świeże	Zupa krem ziemniaczany z prażoną cieciorką (9)	Naleśniki z jabłkami prażonymi (1,3) Jogurt naturalny roślinny Kompot owocowy/Woda	Paluch pszenny (1) + słupki warzywne (marchew, kalarepa, ogórek zielony)
--	------------------	---	--	--

PIĄTEK 04.07.2025

Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Pasta z tososia z ogórkiem i koperkiem (4) Ser żółty roślinny Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel owocowy (własnej roboty)	Zupa pomidorowa z ryżem zabelana śmietanką b/m (9)	Jajko sadzone (3) Ziemniaczki pieczone Sałatka z ogórka zielonego z koperkiem Kompot owocowy/Woda	Jabłko + Muffinka biskoptowa b/m b/jaj (własnej roboty) (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 30.06.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka złota (6) Serek ziołowy (własnej roboty) (7) Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Shake brzoskwiniowy (7)	Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym ze słonecznikiem prażonym (9)	Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9) Kasza bulgur (1) Marchewka paryska gotowana z oliwą z oliwek Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Gofry naturalne (1,7)
---	-------------------------	---	--	---------------------------------

WTOREK 01.07.2025

Owsianka na mleku z prażonymi migdałami (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Smalec z fasoli Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem (7,9,10)	Makaron spaghetti w sosie bolognese posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + sok owocowo-warzywny (jabłko, rabarbar)
---	--------	--	--	---

Środa 02.07.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Dżem owocowy niskosłodzony Twarożek (7) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Arbuz	Zupa zacierkowa na bulionie drobiowym (1,9)	Kotlet drobiowy w panierce kukurydzianej Ziemniaki gotowane z koperkiem Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-truskawka na jogurcie naturalnym (7)
---	-------	---	--	--

CZWARTEK 03.07.2025

Muesli truskawkowo-wiśniowe na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka złota (6) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Truskawki świeże	Zupa krem ziemniaczany z prażoną cieciorą (9)	Naleśniki z serem (1,7) Jogurt naturalny (7) Kompot owocowy/Woda	Paluch pszenny (1) + słupki warzywne (marchew, kalarepa, ogórek zielony)
---	------------------	---	--	--

PIĄTEK 04.07.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta z tososia z serkiem, ogórkiem i koperkiem (4,7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel owocowy (własnej roboty)	Zupa pomidorowa z ryżem zabelana śmietanką (7,9)	Falafel z ciecierzycy (1) Ziemniaczki pieczone Mizeria z ogórków z koperkiem na jogurcie naturalnym (7) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + Muffinka biszkoptowa b/m b/jaj (własnej roboty) (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 Z OGRANICZENIEM PRODUKTÓW ZAWIERAJĄCYCH GLUTEN

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 30.06.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Szynka złota (6) Serek ziołowy (własnej roboty) (7) Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Shake brzoskwiniowy (7)	Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym ze słonecznikiem prażonym (9)	Gulasz drobiowy z kurczaka z warzywami (9) Kasza jagłana Marchewka paryska gotowana z oliwą z oliwek Kompot owocowy/Woda	Gruszka + wafle kukurydziane
--	-------------------------	---	---	------------------------------

WTOREK 01.07.2025

Owsianka b/g na mleku z prażonymi migdałami (7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Smalec z fasoli Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem (7,9,10)	Makaron spaghetti b/g w sosie bolognese posypane serem mozzarella (7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + sok owocowo-warzywny (jabłko, rabarbar)
---	--------	--	--	---

Środa 02.07.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Dżem owocowy niskosłodzony Twarożek (7) Warzywa: rosłonka, ogórek, papryka czerwona	Arbuz	Zupa zacierkowa makaronem b/g na bulionie drobiowym (9)	Kotlet drobiowy w panierce kukurydzianej Ziemniaki gotowane z koperkiem Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-truskawka na jogurcie naturalnym (7)
--	-------	---	--	--

CZWARTEK 03.07.2025

Muesli truskawkowo-wiśniowe na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Kurczak wolno gotowany (3,6,7) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Truskawki świeże	Zupa krem ziemniaczany z prażoną cieciorą (9)	Pancakes bezglutenowe (3) Jogurt naturalny (7) Kompot owocowy/Woda	Bufeczka b/g z dżemem + słupki warzywne (marchew, kalarepa, ogórek zielony)
---	------------------	---	--	---

PIĄTEK 04.07.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo bezglutenowe Pasta z łososia z serkiem, ogórkiem i koperkiem (4,7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel owocowy (własnej roboty)	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietanką (7,9)	Jajko sadzone (3) Ziemniaczki pieczone Mizeria z ogórków z koperkiem na jogurcie naturalnym (7) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + Muffinka bezglutenowa z morelą (3)
--	---------------------------------	---	--	---

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 30.06.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka roślinna Serek ziołowy (własnej roboty) (7) Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Shake brzoskwiniowy (7)	Zupa krem z dyni na mleczku kokosowym ze słonecznikiem prażonym (9)	Gulasz warzywny(9) Kasza bulgur (1) Marchewka paryska gotowana z oliwą z oliwek Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Gofry naturalne (1,7)
---	-------------------------	---	--	---------------------------------

WTOREK 01.07.2025

Owsianka na mleku z prażonymi migdałami (1,7,8)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Smalec z fasoli Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem (7,9,10)	Makaron spaghetti w sosie bolognese z soczewicą czerwoną posypane serem mozzarella (1,7,9) Kompot owocowy/Woda	Banan + sok owocowo-warzywny (jabłko, rabarbar)
---	--------	--	---	---

Środa 02.07.2025

Kawa zbożowa na mleku (1,7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Dżem owocowy niskosłodzony Twarożek (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Arbuz	Zupa zacierkowa na bulionie warzywnym (1,9)	Nuggetsy wegetariańskie (1) Ziemniaki gotowane z koperkiem Surówka z buraczków Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-truskawka na jogurcie naturalnym (7)
--	-------	---	---	--

CZWARTEK 03.07.2025

Muesli truskawkowo-wiśniowe na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Truskawki świeże	Zupa krem ziemniaczany z prażoną cieciorą (9)	Naleśniki z serem (1,3,7) Jogurt naturalny (7) Kompot owocowy/Woda	Paluch pszenny (1) + słupki warzywne (marchew, kalarepa, ogórek zielony)
--	------------------	---	--	--

PIĄTEK 04.07.2025

Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Pasta z serkiem, ogórkiem i koperkiem (4,7) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Kisiel owocowy (własnej roboty)	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną śmietanką (7,9)	Jajko sadzone (3) Ziemniaczki pieczone Mizeria z ogórków z koperkiem na jogurcie naturalnym (7) Kompot owocowy/Woda	Jabłko + Muffinka biszkoptowa (1,3,7)
---	---------------------------------	---	--	---------------------------------------

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.