

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLE				
ŚNIADANIE	ZUPA		OBIAD	
PONIEDZIAŁEK 07.07.2025				
Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka biała (6) Ser żółty Cheddar (7) Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Jogurt naturalny z musem wiśniowym (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonym słonecznikiem (9)	Shoarma drobiowa z kurczaka Ryż paraboliczny Tzatziki (7) Kompot owocowy/Woda	Banan + talarki z błonnikiem bez cukru (1,7)
WTOREK 08.07.2025				
Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami (7,9)	Makaron z kurczakiem w bazyliowym pesto z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (1,7) Kompot owocowy/Woda	Baton owsiany z miodem (1,6)
Środa 09.07.2025				
Mleko truskawkowe (7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Choco dżem śliwkowy Twarożek (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Arbuz	Rosół drobiowo-wołowy z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1) Młode ziemniaczki gotowane z koperkiem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-ananas- kokos na jogurcie naturalnym (7)
CZWARTEK 10.07.2025				
Orzechowa owsianka na mleku (1,5,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka chlebową (6) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Shake owoce leśne na jogurcie naturalnym (7)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Pierogi z serem w wersji na słodko (1,7) Polewa truskawkowa (7) Kompot owocowy/Woda	Bufeczka drożdżowa z jabłkiem (1,3,7) + sok owocowo-warzynny (jabłko-burak)
PIĄTEK 11.07.2025				
Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Sałatka jarzynowa z jajkiem (3,9,10) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Deserek a la tiramisu (1,3,7)	Zupa krem tokański z pomidorów z bazylią i serem mozzarella (7,9)	Paluszki rybne z mintaja w panierce (1,4) Ziemniaczki gotowane Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i marchewką Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Grissini (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-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 07.07.2025

Herbata truskawkowa Margaryna Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka biała (6) Ser żółty roślinny Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Shake wiśniowy na napoju roślinnym	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonym słonecznikiem (9)	Shoarma drobiowa z kurczaka Ryż paraboliczny Surówka z ogórkiem zielonym z koperkiem Kompot owocowy/Woda	Banan + wafle kukurydziane
---	------------------------------------	--	---	----------------------------

WTOREK 08.07.2025

Płatki kukurydziane na napoju roślinnym/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami (9)	Makaron z kurczakiem w bazyliowym pesto z pomidorkami Koktajlowymi i tofu (1,6) Kompot owocowy/Woda	Baton owsiany z miodem (1,6)
---	--------	--	---	------------------------------

Środa 09.07.2025

Napój roślinny truskawkowy/Herbata owocowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Choco dżem śliwkowy Twarożek roślinny z tofu (6) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Arbuz	Rosół drobiowo-wołowy z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1) Młode ziemniaczki gotowane z koperkiem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-ananas- kokos na jogurcie kokosowym
---	-------	---	---	---

CZWARTEK 10.07.2025

Orzechowa owsianka na mleku (1,5)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1) Szynka chlebową (6) Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Shake owoce leśne na jogurcie naturalnym roślinnym	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Kopytka (1) Polewa truskawkowa na jogurcie roślinnym Kompot owocowy/Woda	Bufeczka drożdżowa z jabłkiem b/m (1) + sok owocowo-warzywny (jabłko-burak)
--	--	---	--	---

PIĄTEK 11.07.2025

Kakao na napoju roślinnym/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo pszenne (1) Sałatka jarzynowa z jajkiem (3,9,10) Ser żółty roślinny Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Deserek a la tiramisu na jogurcie kokosowym (1,3)	Zupa krem tokański z pomidorów z bazylią i serem roślinnym (9)	Paluszki rybne z mintaja w panierce (1,4) Ziemniaczki gotowane Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i marchewką Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Grissini naturalne (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 07.07.2025

Herbata truskawkowa
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Szynka biała (6)
 Ser żółty Cheddar (7)
 Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor

Jogurt naturalny z
 musem wiśniowym (7)

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

Shoarma drobiowa z kurczaka
 Ryż paraboliczny
 Tzatziki (7)
 Kompot owocowy/Woda

Banan + wafle kukurydziane

WTOREK 08.07.2025

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Jabłko

Zupa koperkowa z ryżem i warzywami
 (7,9)

Makaron b/g z kurczakiem w bazyliowym pesto z pomidorkami
 koktajlowymi i serem feta (7)
 Kompot owocowy/Woda

Muffinka bezglutenowa z
 morelą (3)

Środa 09.07.2025

Mleko truskawkowe (7)/Herbata owocowa
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Choco dżem śliwkowy
 Twarożek (7)
 Warzywa: rosółka, ogórek, papryka czerwona

Arbuz

Rosół drobiowo-wołowy z makaronem
 b/g i świeżą natką pietruszki (9)

Kotlety mielone z łopatki wieprzowej b/g
 Młode ziemniaczki gotowane z koperkiem
 Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem
 Kompot owocowy/Woda

Koktajl banan-ananas- kokos
 na jogurcie naturalnym (7)

CZWARTEK 10.07.2025

Orzechowa owsianka b/g na mleku (5,7)/Herbata czarna z
 cytryną
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Szynka chlebową (6)
 Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka

Shake owoce leśne na
 jogurcie naturalnym (7)

Zupa krupnik z kaszą jaglaną i
 warzywami (9)

Kopytka b/g
 Polewa truskawkowa (7)
 Kompot owocowy/Woda

Bufeczka bezglutenowa z
 dżemem + sok owocowo-
 warzywny (jabłko-burak)

PIĄTEK 11.07.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa
Masło (7)
 Pieczywo bezglutenowe
 Sałatka jarzynowa z jajkiem (3,9,10)
 Ser żółty Gouda (7)
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Deserek a la tiramisu z
 wafelkiem ryżowym (7)

Zupa krem tokański z pomidorów z
 bazylią i serem mozzarella (7,9)

Paluszki rybne z mintaja w panierce (1,4)
 Ziemniaczki gotowane
 Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i marchewką
 Kompot owocowy/Woda

Gruszka + suszone jabłuszka

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-Gorzyczka 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 07.07.2025

Herbata truskawkowa
Masło (7)
Pieczywo pszenno-żytnie (1)
Szynka biała (6)
Ser żółty Cheddar (7)
 Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor

Jogurt naturalny z
 musem wiśniowym (7)

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

Shoarma drobiowa z kurczaka
 Ryż paraboliczny
 Tzatziki (7)
 Kompot owocowy/Woda

Banan + talarki z błonnikiem
 bez cukru (1,7)

WTOREK 08.07.2025

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Jabłko

Zupa koperkowa z ryżem i warzywami
 (7,9)

Makaron z kurczakiem w bazyliowym pesto z pomidorkami
 koktajlowymi i serem feta (1,7)
 Kompot owocowy/Woda

Baton owsiany z miodem
 (1,6)

Środa 09.07.2025

Mleko truskawkowe (7)/Herbata owocowa
Masło (7)
Pieczywo pełnoziarniste (1,11)
Choco dżem śliwkowy
Twarożek (7)
 Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona

Arbuz

Rosół drobiowo-wołowy z makaronem
 i świeżą natką pietruszki (1,9)

Kotlety mielone z łopatki wieprzowej (1)
 Młode ziemniaczki gotowane z koperkiem
 Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem
 Kompot owocowy/Woda

Koktajl banan-ananas- kokos
 na jogurcie naturalnym (7)

CZWARTEK 10.07.2025

Orzechowa owsianka na mleku (1,5,7)/Herbata czarna z cytryną
Masło (7)
Pieczywo graham (1)
Szynka chlebowa (6)
 Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka

Shake owoce leśne na
 jogurcie naturalnym (7)

Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i
 warzywami (1,9)

Pierogi z serem w wersji na słodko (1,7)
 Polewa truskawkowa (7)
 Kompot owocowy/Woda

Bufeczka drożdżowa z
 jabłkiem b/jaj (1) + sok
 owocowo-warzynny (jabłko-
 burak)

PIĄTEK 11.07.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa
Masło (7)
Pieczywo pszenne (1)
Salatka jarzynowa b/jaj (9)
Ser żółty Gouda (7)
 Warzywa: sałata, pomidor, papryka

Deserek a la tiramisu z
 wafelkiem ryżowym (7)

Zupa krem tokański z pomidorów z
 bazylią i serem mozzarella (7,9)

Paluszki rybne z mintaja w panierce (1,4)
 Ziemniaczki gotowane
 Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i marchewką
 Kompot owocowy/Woda

Gruszka + Grissini (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-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.

JADŁOSPIS DIETA WEGETARIAŃSKA

ŚNIADANIE

ZUPA

OBIAD

PONIEDZIAŁEK 07.07.2025

Herbata truskawkowa Masło (7) Pieczywo pszenno-żytnie (1) Szynka roślinna Ser żółty Cheddar (7) Warzywa: sałata, rzodkiewka, pomidor	Jogurt naturalny z musem wiśniowym (7)	Zupa krem z zielonego groszku z miętą i prażonym słonecznikiem (9)	Falafel z ciecierzycy i kukurydzy (1) Ryż paraboliczny Tzatziki (7) Kompot owocowy/Woda	Banan + talarki z błonnikiem bez cukru (1,7)
---	--	--	--	--

WTOREK 08.07.2025

Płatki kukurydziane na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Pasta z pieczonej marchewki z czarnuszką Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Jabłko	Zupa koperkowa z ryżem i warzywami (7,9)	Makaron z ciecierzycą w bazyliowym pesto z pomidorkami koktajlowymi i serem feta (1,7) Kompot owocowy/Woda	Baton owsiany z miodem (1,6)
--	--------	--	--	------------------------------

Środa 09.07.2025

Mleko truskawkowe (7)/Herbata owocowa Masło (7) Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Choco dżem śliwkowy Twarożek (7) Warzywa: roszponka, ogórek, papryka czerwona	Arbuz	Bulion warzywny z makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Kotlet warzywny (1) Młode ziemniaczki gotowane z koperkiem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Kompot owocowy/Woda	Koktajl banan-ananas- kokos na jogurcie naturalnym (7)
---	-------	---	--	--

CZWARTEK 10.07.2025

Orzechowa owsianka na mleku (1,5,7)/Herbata czarna z cytryną Masło (7) Pieczywo graham (1) Szynka roślinna Warzywa: rukola, ogórek, rzodkiewka	Shake owoce leśne na jogurcie naturalnym (7)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Pierogi z serem w wersji na słodko (1,7) Polewa truskawkowa (7) Kompot owocowy/Woda	Bufeczka drożdżowa z jabłkiem (1,3,7) + sok owocowo-warzywny (jabłko-burak)
--	--	---	---	---

PIĄTEK 11.07.2025

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa Masło (7) Pieczywo pszenne (1) Sałatka jarzynowa z jajkiem (3,9,10) Ser żółty Gouda (7) Warzywa: sałata, pomidor, papryka	Deserek a la tiramisu (1,3,7)	Zupa krem tokański z pomidorów z bazylią i serem mozzarella (7,9)	Nuggetsy wegetariańskie (1) Ziemniaczki gotowane Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i marchewką Kompot owocowy/Woda	Gruszka + Grissini (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-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.