

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 01.04.2024**

**WTOREK 02.04.2024**

Herbata malinowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenne (1,11)**  
**Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7)**  
**Twarożek zielony (7)**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Melon**

**Zupa krem pomidorowy z bazylią i prażonym słończnikiem (9)**

Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem  
**Polewa z jogurtu naturalnego z musem brzoskwiniowym (7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

Banan + chrupki kukurydziane

**ŚRODA 03.04.2024**

Jaglanka waniliowa na mleku (7)/Herbata miętowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Ser żółty Mazdamer (7)**  
 Warzywa: roszonka, ogórek, papryka czerwona

**Gruszka**

**Krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)**

**Makaron Napoli z czerwoną soczewicą, warzywami i serem mozzarella (1,7,9)**  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy/Woda**

**Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)**

**CZWARTEK 04.04.2024 DZIEŃ MARCHEWKI** 

**Płatki żytnie z truskawkami na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Kiełbasa krakowska sucha (6)**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Słupki z marchewki z paprykowym hummusem paprykowym

**Zupa ogórkowa z koperkiem i śmietanką (7,9)**

**Kotleciki drobiowe z warzywami (1,3,9)**  
 Puree ziemniaczane  
 Mini marchewka gotowana  
**Kompot owocowy/Woda**

**Mleko w kartoniku (7) + biszkopty bez cukru (1,3)**

**PIĄTEK 05.04.2024**

**Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
 Dżem owocowy niskosłodzony  
**Twarożek (7)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

**Budyń malinowy na mleku (7)**

**Zupa krem z białych warzyw z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)**

**Pieczony filet z miruny (4)**  
**Ziemniaki gotowane**  
**Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i kukurydzą**  
**Kompot owocowy/Woda**

Soczek owocowy 100 % w kartoniku + jabłko

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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-tubin 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 ŻŁOBKOWY

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 01.04.2024**

--	--	--	--	--

**WTOREK 02.04.2024**

Herbata malinowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo pszenne (1,11) Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7) Twarożek zielony (7) Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	<b>Melon</b>	Zupa krem pomidorowy z bazylią i prażonym słończnikiem (9)	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem Polewa z jogurtu naturalnego z musem brzoskwiniowym (7) Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane truskawkowe (7)
---	--------------	--	---	--

**ŚRODA 03.04.2024**

Jaglanka waniliowa na mleku (7)/Herbata miętowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	<b>Gruszka</b>	Krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Makaron Napoli z czerwoną soczewicą, warzywami i serem mozzarella (1,7,9) Ogórek kiszony Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)
--	----------------	--	--	--

**CZWARTEK 04.04.2024** DZIEŃ MARCHEWKI

Płatki żytnie z truskawkami na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną <b>Masło (7)</b> Pieczywo graham (1,11) Kiełbasa krakowska sucha (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Słupki z marchewki z paprykowym hummusem paprykowym	Zupa ogórkowa z koperkiem i śmietanką (7,9)	Kotleciki drobiowe z warzywami (1,3,9) Puree ziemniaczane Mini marchewka gotowana Kompot owocowy/Woda	Mleko w kartoniku (7) + biszkopty bez cukru (1,3)
--	---	---	--	---

**PIĄTEK 05.04.2024**

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo graham (1,11) Dżem owocowy niskosłodzony Twarożek (7) Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka	<b>Budyń malinowy na mleku (7)</b>	Zupa krem z białych warzyw z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)	Pieczony filet z miruny (4) Ziemniaki gotowane Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Soczek owocowy 100 % w kartoniku + jabłko
---	------------------------------------	--	---	---

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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 codzienne zapotrzebowanie kaloryczne dla dzieci w wieku 4-6 lat wynosi: 1400 kcal**

## JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY (DIETA BEZMLECZNA)

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 01.04.2024**

--	--	--	--

**WTOREK 02.04.2024**

Herbata malinowa Margaryna Pieczywo pszenne (1,11) Jogurt naturalny roślinny z płatkami kukurydzianymi Twarożek zielony z tofu (6) Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	Melon	Zupa krem pomidorowy z bazylią i prażonym słonecznikiem (9)	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem Polewa z jogurtu kokosowego z musem brzoskwinowym Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane
--	-------	---	---	------------------------------

**ŚRODA 03.04.2024**

Jaglanka waniliowa na napoju roślinnym/Herbata miętowa Margaryna Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty roślinny Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	Gruszka	Krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Makaron Napoli z czerwoną soczewicą, warzywami i serem roślinnym (1,9) Ogórek kiszony Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym 5,8)
--	---------	--	---	---

**CZWARTEK 04.04.2024**

Płatki żytnie z truskawkami na napoju roślinnym (1)/Herbata czarna z cytryną Margaryna Pieczywo graham (1,11) Kiełbasa krakowska sucha (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Słupki z marchewki z paprykowym hummusem paprykowym	Zupa ogórkowa z koperkiem i śmietanką (9)	Kotleciki drobiowe z warzywami (1,3,9) Puree ziemniaczane Mini marchewka gotowana Kompot owocowy/Woda	Napój owsiany + biszkopty bez cukru (1,3)
--	---	---	--	---

**PIĄTEK 05.04.2024**

Kakao na napoju roślinnym/Herbata wieloowocowa Margaryna Pieczywo graham (1,11) Dżem owocowy niskosłodzony Twarożek tofu (6) Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka	Budyń malinowy na napoju ryżowym	Zupa krem z białych warzyw z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)	Pieczony filet z miruny (4) Ziemniaki gotowane Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Soczek owocowy 100 % w kartoniku + jabłko
--	----------------------------------	--	---	---

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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 PRZEDSZKOLNY (DIETA Z OGRANICZENIEM PROD. ZAW. GLUTEN)

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 01.04.2024**

**WTOREK 02.04.2024**

Herbata malinowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
 Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7)  
 Twarożek zielony (7)  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

Melon

Zupa krem pomidorowy z bazylią i prażonym słonecznikiem (9)

Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem  
 Polewa z jogurtu naturalnego z musem brzoskwinowym (7)  
**Kompot owocowy**/Woda

Banan + chrupki kukurydziane

**ŚRODA 03.04.2024**

Jaglanka waniliowa na mleku (7)/Herbata miętowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
 Ser żółty Mazdamer (7)  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

Gruszka

Krupnik z kaszą jaglaną i warzywami (9)

Makaron b/g Napoli z czerwoną soczewicą, warzywami i serem mozzarella (7,9)  
 Ogórek kiszony  
**Kompot owocowy**/Woda

Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)

**CZWARTEK 04.04.2024**

Płatki owsiane b/g z truskawkami na mleku (7)/Herbata czarna z cytryną  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
 Kiełbasa krakowska sucha (6)  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

Słupki z marchewki z paprykowym hummusem paprykowym

Zupa ogórkowa z koperkiem i śmietanką (7,9)

Kotleciki drobiowe z warzywami b/g (3,9)  
 Puree ziemniaczane  
 Mini marchewka gotowana  
**Kompot owocowy**/Woda

Mleko w kartoniku (7) + herbatniki b/g

**PIĄTEK 05.04.2024**

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo bezglutenowe**  
 Dżem owocowy niskosłodzony  
 Twarożek (7)  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

Budyń malinowy na mleku (7)

Zupa krem z białych warzyw z chrupiącymi czosnkowymi grzankami b/g (9)

Pieczony filet z miruny (4)  
 Ziemniaki gotowane  
 Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i kukurydzą  
**Kompot owocowy**/Woda

Soczek owocowy 100 % w kartoniku + jabłko

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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 PRZEDSZKOLNY (DIETA BEZJAJECZNA)

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 01.04.2024**

--	--	--	--

**WTOREK 02.04.2024**

Herbata malinowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo pszenne (1,11) Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7) Twarożek zielony (7) Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor	<b>Melon</b>	Zupa krem pomidorowy z bazylią i prażonym słonecznikiem (9)	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem Polewa z jogurtu naturalnego z musem brzoskwiniowym (7) Kompot owocowy/Woda	Banan + chrupki kukurydziane
---	--------------	---	---	------------------------------

**ŚRODA 03.04.2024**

Jaglanka waniliowa na mleku (7)/Herbata miętowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo pełnoziarniste (1,11) Ser żółty Mazdamer (7) Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona	<b>Gruszka</b>	Krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)	Makaron Napoli z czerwoną soczewicą, warzywami i serem mozzarella (1,7,9) Ogórek kiszony Kompot owocowy/Woda	Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym 5,8)
--	----------------	--	--	---

**CZWARTEK 04.04.2024**

Płatki żytnie z truskawkami na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną <b>Masło (7)</b> Pieczywo graham (1,11) Kiełbasa krakowska sucha (6) Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek	Słupki z marchewki z paprykowym hummusem paprykowym	Zupa ogórkowa z koperkiem i śmietanką (7,9)	Kotlecki drobiowe z warzywami (1,9) Puree ziemniaczane Mini marchewka gotowana Kompot owocowy/Woda	Mleko w kartoniku (7) + ciasteczka jaglane
--	---	---	---	--

**PIĄTEK 05.04.2024**

Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa <b>Masło (7)</b> Pieczywo graham (1,11) Dżem owocowy niskosłodzony Twarożek (7) Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka	<b>Budyń malinowy na mleku (7)</b>	Zupa krem z białych warzyw z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)	Pieczony filet z miruny (4) Ziemniaki gotowane Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i kukurydzą Kompot owocowy/Woda	Soczek owocowy 100 % w kartoniku + jabłko
---	------------------------------------	--	---	---

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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 PRZEDSZKOLNY (DIETA WEGETARIAŃSKA)

### ŚNIADANIE

### ZUPA

### OBIAD

**PONIEDZIAŁEK 01.04.2024**

**WTOREK 02.04.2024**

Herbata malinowa  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pszenne (1,11)**  
**Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (7)**  
**Twarożek zielony (7)**  
 Warzywa: rukola, rzodkiewka, pomidor

**Melon**

**Zupa krem pomidorowy z bazylią i prażonym słończnikiem (9)**

**Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem**  
**Polewa z jogurtu naturalnego z musem brzoskwiniowym (7)**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Banan + chrupki kukurydziane**

**ŚRODA 03.04.2024**

**Jaglanka waniliowa na mleku (7)/Herbata miętowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo pełnoziarniste (1,11)**  
**Ser żółty Mazdamer (7)**  
 Warzywa: roszonek, ogórek, papryka czerwona

**Gruszka**

**Krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (1,9)**

**Makaron Napoli z czerwoną soczewicą, warzywami i serem mozzarella (1,7,9)**  
**Ogórek kiszony**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Wafle ryżowe z kremem orzechowo-kakaowym (5,8)**

**CZWARTEK 04.04.2024**

**Płatki żytnie z truskawkami na mleku (1,7)/Herbata czarna z cytryną**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Szynka roślinna**  
 Warzywa: szpinak, papryka żółta, ogórek

**Słupki z marchewki z paprykowym hummusem paprykowym**

**Zupa ogórkowa z koperkiem i śmietanką (7,9)**

**Nuggetsy wegetariańskie (1)**  
**Puree ziemniaczane**  
**Mini marchewka gotowana**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Mleko w kartoniku (7) + biszkopty bez cukru (1,3)**

**PIĄTEK 05.04.2024**

**Kakao na mleku (7)/Herbata wieloowocowa**  
**Masło (7)**  
**Pieczywo graham (1,11)**  
**Dżem owocowy niskosłodzony**  
**Twarożek (7)**  
 Warzywa: sałata, pomidor, rzodkiewka

**Budyń malinowy na mleku (7)**

**Zupa krem z białych warzyw z chrupiącymi czosnkowymi grzankami (1,9)**

**Kotlet roślinny z ciecierzycy (1)**  
**Ziemniaki gotowane**  
**Surówka z kapusty czerwonej z marchewką i kukurydzą**  
**Kompot owocowy/Woda**

**Soczek owocowy 100 % w kartoniku + jabłko**

Numerami oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/12: 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**