

Jadłospis 29.04-10.05.24r.

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2024-04-29			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<p>1. Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (Dieta mleko- Kawa inka na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyna (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%)</p> <p>2. Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszena, mąka żytnia, sól, drożdże]</p> <p>3. Masło 82%tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Hummus 10.00g składniki: Ciecierzycy 73% , Sezam 13%, Czosnek 7%, Oliwa z oliwek 7%</p> <p>5. Jajko gotowane 12,5g (Dieta jajko- Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> <p>6. Ogórek kiszony 10.00g</p>	<p>1. Melon 35.00g</p> <p>2. Gruszka 35.00g</p>	<p>1. Zupa pomidorowa na mięsie z makaronem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 39%, Passata 18% [składniki: pomidory, sól], Marchew 15%, Makaron bezglutenowy 8% , Mięso udziec z indyka bk/bś 9%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1% (Dieta mleko – Zupa pomidorowa bezmleczna na mięsie z makaronem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 39%, Passata 18% [składniki: pomidory, sól], Marchew 15%, Mięso udziec z indyka bk/bś 9%, Makaron bezglutenowy 4%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1%</p> <p>2. Bliny z jabłkiem 114.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Jabłko 38%, Mąka pszena 30%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 15%, Jaja kurze całe 6%, Cukier trzcinowy nierafinowany 4%, Olej rzepakowy 4%, Drożdże świeże 3% (Dieta mleko/jaja: 1. Potrawka z fileta z indyka bezmleczna +mix warzyw 100.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 38%, Brokuły mrożone 15%, Kalafior 15%, Fasola szparagowa 10%, Woda wodociągowa 8%, Groszek zielony 5%, Dynia 5%, Len mielony 2%, Mąka pszena 2%</p> <p>2. Kasza kuskus 40.00g</p> <p>3. Kompot z owoców mieszanych 150.00g składniki: Woda wodociągowa 73%, Mieszanka kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13%</p>	<p>1. Banan 130.00g</p>

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.
W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE
 WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH LASKOWY, WŁOSKI), SELER, GORCZYCA, NASIONA SEZAMU, DWUTLENEK SIARKII SIARCZYNY. ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY. SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy a potrawy solimy za pomocą szerokiej gamy zdrowych ziół. Do przygotowywania potraw wykorzystuje się wyłącznie wysokogatunkowe produkty spożywcze. Sami przygotowujemy wszystkie potrawy (np. pasty, twarożki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)

Jadłospis 29.04-10.05.24r.

Dzień: 2 - Wtorek, 2024-04-30			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z płatkami żytnimi 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Płatki żytnie 5% (Dieta mleko- Zupa na napoju owsianym z płatkami żytnimi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], płatki żytnie 5%) Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] Masło 82%tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) Parówki 33.00g [składniki: mięso z indyka 94%, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza, woda Pomidor z bazylią 25.00g Sałata 5.00g Herbata czarna 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata czarna 1% 	<ol style="list-style-type: none"> Banan 70.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa brokułowa z ryżem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 35%, Brokuły 28%, Marchew 15%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%, Ryż 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (Dieta mleko – Zupa brokułowa bezmleczna z ryżem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 42%, Brokuły 28%, Marchew 15%, Ryż biały 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len ziarno 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1% Filet z indyka gotowany bezmleczny 46.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 87%, Len mielony 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 4% Surówka z marchwi + jabłko 40.00g składniki: Marchew 60%, Jabłko 40% Ziemniaki 70.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Koktajl jogurtowy z malinami 150.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Jogurt naturalny typ grecki 78%, Maliny 20%, Cukier trzcinowy nierafinowany 2% (Dieta mleko :Koktajl na napoju owsianym z malinami 165.00g (Nasiona sezamu i produkty pochodne) składniki: Napój owsiany 80% [składniki: Woda, owies* (11%), cukier trzcinowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Maliny 20%, Wafle kukurydziane naturalne 11.00g [składniki: kukurydza 89,4%(grys kukurydziany, ziarno kukurydzy), sól himalajska.]

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.
W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE
 WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH LASKOWY, WŁOSKI), SELER, GORCZYCA, NASIONA SEZAMU, DWUTLENEK SIARKII SIARCZYNY.
 ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY.

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy a potrawy solimy za pomocą szerokiej gamy zdrowych ziół. Do przygotowywania potraw wykorzystuje się wyłącznie **wysokogatunkowe produkty spożywcze**. Sami przygotowujemy wszystkie potrawy (np. pasty, twarożki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)

Jadłospis 29.04-10.05.24r.

Dzień: 5 - Czwartek, 2024-05-02			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<p>1. Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (Dieta mleko- Kawa inka na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%)</p> <p>2. Chleb żytni razowy 35.00g[składniki: mąka pszenna, mąka razowa żytnia, zakwas żytni, sól, drożdże]</p> <p>3. Masło 82%tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Dżem Brzoskwiniowy 100% 8.00g [składniki: Brzoskwini (100 g brzoskwiń na 100 g produktu),cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca - pektyny.]</p>	<p>1. Gruszka 25.00g</p> <p>2. Jabłko 45.00g</p>	<p>1. Zupa jarzynowa bezmleczna z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 21%, Mieszanek mrożonych warzyw 7 składnikowa S 20%, Marchew 13%, Mięso udziec z indyka 9%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len mielony 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%</p> <p>2. Makaron z jagodami, jogurtem naturalnym i cukrem trzcinowym 186.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Jagody 50%, Makaron bezjajeczny 25%, Jogurt naturalny typ grecki 22%, Cukier trzcinowy nierafinowany 3%, (Dieta mleko – Makaron z jagodami i tofu 160.00g składniki: Jagody 45%, Tofu naturalne 15% , Makaron bezjajeczny 38%, Cukier trzcinowy nierafinowany 3%</p>	<p>1. Sok immuno malina acerola dzika róża 200.00g [składniki: sok jabłkowy z zagęszczonego soku (47,2%), przeciery z: jabłek (25%), marchwi (14%), truskawek (5%), bananów (5%), malin (3%) i dzikiej róży (0,55%), koncentrat soku z aceroli (0,2%), ekstrakt hibiskusa (0,05%), witamina C, cynk]</p> <p>2. Ciasteczka zbożowe jagodowe 50.00g [składniki: mąka pszenna, żytnia i jęczmienna, płatki pełnoziarniste: owsiane i orkiszowe), maltitol, olej słonecznikowy, (owoce: puree jabłkowe, sok jabłkowy, puree z jagody 29%, sok z granatu, sok z jagody 3%, pektyny, serwatka w proszku (z mleka), węglan sodu i amonu. Może zawierać soję i orzechy.] (Dieta mleko- Chrupki kukurydziane 25g</p>

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.
W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIĄ NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE
WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH LASKOWY, WŁOSKI), SELER, GORCZYCA, NASIONA SEZAMU, DWUTLENEK SIARKII SIARCZYNY.
ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY.

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy a potrawy solimy za pomocą szerokiej gamy zdrowych ziół. Do przygotowywania potraw wykorzystuje się wyłącznie **wysokogatunkowe produkty spożywcze.** Sami przygotowujemy wszystkie potrawy (np. pasty, twarożki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)

Jadłospis 29.04-10.05.24r.

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2024-05-06

I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Zupa mleczna z płatkami żytnimi 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Płatki żytnie 5% (Dieta mleko- Zupa na napoju owsianym z płatkami żytnimi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], płatki żytnie 5%) Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże] Masło 82%tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą)(Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszcze i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) Kiełbaska swojska 15.00g (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, glukoza, cukier, czosnek, gałka muszkatołowa) Ogórek 30.00g Herbata roibos 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata roibos 1% 	<ol style="list-style-type: none"> Banan 35.00g Jabłko 35.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa koperkowa z makaronem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 49%, Marchew 15%, Makaron bezglutenowy 8%, Koper ogrodowy 8%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 4%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno 1%, Olej rzepakowy 1% (Dieta mleko – Zupa koperkowa bezmleczna z makaronem 200.00g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 57%, Marchew 15%, Makaron bezglutenowy 8%, Koper ogrodowy 8%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 4%, Len ziarno 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%) Risotto z mięsem i jarzynami w sosie pomidorowym 134.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Wieprzowina szynka surowa 36%, Marchew 16%, Passata 16% [składniki: pomidory, sól], Ryż brązowy 14%, Pietruszka korzeń 5%, Seler korzeniowy 5%, Zielony groszek 4%, Olej rzepakowy 2%, Len ziarno 2% Kompot z owoców mieszanych 150.00g składniki: Woda wodociągowa 73%, Mieszanka kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13% 	<ol style="list-style-type: none"> Kisiel truskawkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 52%, Truskawki 33%, Cukier 5%, skrobia ziemniaczana 10% Chrupki kukurydziane 25.00g)

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.
W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE
 WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH LASKOWY, WŁOSKI), SELER, GORCZYCA, NASIONA SEZAMU, DWUTLENEK SIARKII SIARCZYNY.
 ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY.

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy a potrawy solimy za pomocą szerokiej gamy zdrowych ziół. Do przygotowywania potraw wykorzystuje się wyłącznie wysokogatunkowe produkty spożywcze. Sami przygotowujemy wszystkie potrawy (np. pasty, twarożki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)

Jadłospis 29.04-10.05.24r.

Dzień: 7 - Wtorek, 2024-05-07			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<p>1. Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru rw 152.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 99%, Kakao naturalne o obniżowej zaw. tłuszczu (Dieta mleko- Kakao na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kakao naturalne o obniżowej zaw. tłuszczu</p> <p>2. Rogalik 25.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne) [składniki: mąka pszenna, cukier, margaryna (sól, olej rzepakowy 70%), drożdże, sól, kwas askorbinowy]Może zawierać jajka (Dieta mleko, jajka Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>3. Masło 82%tłuszczu 6.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Twarożek z orzechami i brzoskwinią 30.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty 77% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Brzoskwinia w syropie 17% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy], Orzechy nerkowca 7% (Dieta mleko, orzechy- Twarożek wegański z brzoskwinią 30.00g [składniki: woda, olej kokosowy (24%), skrobia, zmielone nasiona słonecznika, sól morską, zagęszczacz: celuloza,aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: b-karoten, witamina b12] Brzoskwinia w syropie 17% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy],</p>	<p>1. Gruszka 35.00g</p> <p>2. Melon 35.00g</p>	<p>1. Zupa krem z białych warzyw z grzankami 200.00g składniki: Woda wodociągowa 36%, Kalafior 25%, Ziemniaki średnio 10%, Baton pszenny 8% [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy],Seler korzeniowy 4%, Pietruszka korzeń 3%, Por 3%, Ciecierzycy w puszcze 3%, Cebula 2%, Oliwa z oliwek 2%, Czosnek 1%, Imbir mielony 1%, Gałka muszkatołowa 1%, Pieprz biały mielony 1%</p> <p>2. Gulasz mięsny 53.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Udziec z indyka 75%, Woda wodociągowa 19%, Mąka pszenna 6%</p> <p>3. Sałatka wiosenna 56.00g składniki: Ogórek 89%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Ocet jabłkowym 6% 4%, Koper ogrodowy 2%, Szczypiorek 2%</p> <p>4. Kasza jęczmienna 40.00g</p>	<p>1. Ciasto drożdżowe z jabłkami 90.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Jabłko 39%, Mąka pszenna 22%, Cukier z prawdziwą wanilią 11%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 9%, Jaja kurze całe 8%, Olej rzepakowy 8%, Drożdże świeże 3% (Dieta mleko/jajka:</p> <p>1. Baton pszenny 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>2. Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>3. Dżem 100% truskawkowy/ brzoskwiiniowy 15.00g</p> <p>2. Lemoniada 150.00g składniki: Woda źródłana ŻYWIEC ZDRÓJ 87%, Pomarańcza 7%, Cytryna 3%, Miód pszczeli 2%, Mięta świeża 1%</p>

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.
W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE
 WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH LASKOWY, WŁOSKI), SELER, GORCZYCA, NASIONA SEZAMU, DWUTLENEK SIARKII SIARCZYNY. ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY.

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy a potrawy solimy za pomocą szerokiej gamy zdrowych ziół. Do przygotowywania potraw wykorzystuje się wyłącznie **wysokogatunkowe produkty spożywcze**. Sami przygotowujemy wszystkie potrawy (np. pasty, twarożki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)

Jadłospis 29.04-10.05.24r.

Dzień: 8 - Środa, 2024-05-08			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (Dieta mleko- Kawa inka na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany organic Sante 98% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%) Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] Schab pieczony w ziołach z czosnkiem 20.00g Masło 82%tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) Ogórek kiszony 15.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Jabłko 70g Czekolada gorzka 6.00g [składniki: miazga kakaowa, cukier, kakao o obniżonej zawartości tłuszczu, tłuszcz kakaowy, emulgator: lecytyny (z soi), Masa kakaowa minimum 70%] Może zawierać mleko] (Dieta mleko – chrupki kukurydziane 6.00g) 	<ol style="list-style-type: none"> Krupnik z komosą ryżową na mięsie z ziemniakami 200.00g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 34%, Ziemniaki 25%, Marchew 13%, Mięso udziec z indyka bk/bs 9%, Kasza jęczmienna perłowa 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Komosa ryżowa 2%, Olej rzepakowy 1%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno 1% Kotlety z jaj. smażone 66.30g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze całe 75%, Jaja kurze całe 10%, Bulki pszenne zwykłe 6%, Olej rzepakowy 5%, Sezam 5% (Dieta jajka – Mięso gotowane bezmleczne 53.00g składniki: Filet z indyka 87%, Len ziarno 9%, Olej rzepakowy 4%) Marchew z sezamem 58.00g składniki: Marchew mrożona 90%, Sezam 6%, Oliwa z oliwek 4% Ziemniaki 70.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Banan 130.00g

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.

W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE

WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH LASKOWY, WŁOSKI), SELER, GORCZYCA, NASIONA SEZAMU, DWUTLENEK SIARKII SIARCZYNY. ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY.

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy a potrawy solimy za pomocą szerokiej gamy zdrowych ziół. Do przygotowywania potraw wykorzystuje się wyłącznie **wysokogatunkowe produkty spożywcze**. Sami przygotowujemy wszystkie potrawy (np. pasty, twarożki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)

Jadłospis 29.04-10.05.24r.

Dzień: 9 - Czwartek, 2024-05-09

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<p>1. Owsianka z brzoskwinią 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 89%, Płatki owsiane 6% [składniki:], Brzoskwinia 6% (Dieta mleko- Owsianka na napoju owsianym z brzoskwinią 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 98% Napój owsiany 89% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], płatki owsiane 6%, Brzoskwinia 6%)</p> <p>2. Chleb żytni razowy 30.00g [składniki: mąka pszenna, mąka razowa żytnia, zakwas żytni, sól, drożdże]</p> <p>3. Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszcze i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Gouda ser żółty 15.00g [składniki: mleko (bez stosowania GMO), sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia] (Dieta mleko- Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> <p>5. Pomidor z bazylią i oliwą z oliwek 25.00g</p> <p>6. Sałata 5.00g</p> <p>7. Herbata roibos 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata roibos 1%</p>	<p>1. Sok świeżo tłoczony własny wyrób- popay- (jabłko, pomarańcza, szpinak) 75.00g</p> <p>2. Woda źródłana żywiec zdroj 75.00g</p>	<p>1. Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki 28%, Kapusta kiszona 25%, Woda wodociągowa 18%, Marchew 13%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno 1%</p> <p>2. Filet z indyka gotowany bezmleczny 51.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 88%, Len mielony 8%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%</p> <p>3. Mizeria na jogurcie naturalnym 50.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Ogórek 78%, Jogurt naturalny typ grecki 22%(Dieta mleko –Sałatka z ogórka z rzodkiewką i olejem rzepakowym 50.00g składniki: Ogórek 83%, Rzodkiewka 12%, Olej rzepakowy 5%)</p> <p>4. Kasza bulgur 40.00g</p>	<p>Czekoladowy deser z kaszą manną i sosem malinowym 172.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 72%, Kasza manna 12%, Maliny mrożone 12%, Cukier 3%, Kakao 2% (Dieta mleko – Czekoladowy deser z kaszą manną i sosem malinowym 172.00g składniki: Napój owsiany organic 72% [składniki: woda, owies* (14%).], Kasza manna 12%, Maliny mrożone 12%, Kakao 2%</p>

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.

W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE

WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH LASKOWY, WŁOSKI), SELER, GORCZYCA, NASIONA SEZAMU, DWUTLENEK SIARKII SIARCZYNY.

ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY.

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy a potrawy solimy za pomocą szerokiej gamy zdrowych ziół. Do przygotowywania potraw wykorzystuje się wyłącznie **wysokogatunkowe produkty spożywcze**. Sami przygotowujemy wszystkie

potrawy (np. pasty, twarożki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)

Jadłospis 29.04-10.05.24r.

Dzień: 10 - Piątek, 2024-05-10			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<p>1. Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (Dieta mleko- Kawa na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 98% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%</p> <p>2. Chleb pszenno-żytni 30.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże]</p> <p>3. Pasta z tuńczyka ze serkiem 20.00g składniki: Tuńczyk 50% [składniki: tuńczyk, woda, sól], Twarożek naturalny 45% [składniki: Śmietanka, kultury bakterii fermentacji mlekowej.], Szczypiorek 5% (Dieta mleko- Pasta z tuńczyka z serkiem wegańskim 20.00g składniki: Tuńczyk 50% [składniki: tuńczyk, woda, sól], Twarożek wegański 45% [składniki: woda, olej kokosowy (24%), skrobia, zmielone nasiona słonecznika, sól morską, zagęszczacz: celuloza, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: b-karoten, witamina b12] Szczypiorek 5%</p> <p>4. Masło 82%tłuszczu 6.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>5. Ogórek kiszony 15.00g</p>	<p>1. Banan 35.00g</p> <p>2. Jabłko 35.00g</p>	<p>1. Barszcz czerwony na naturalnym zakwasie z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 22%, Marchew 13%, Burak 10%, Zakwas z buraka naturalny 10% [składniki: burak, woda, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól], Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Seler korzeniowy 2%, Pietruszka korzeń 2%, Cebula 2%, Len ziarno 1%, Pietruszka liście 1% (Dieta mleko – Barszcz z boćwiną bezmleczny na naturalnym zakwasie 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 30%, Ziemniaki średnio 28%, Marchew 13%, Burak 10%, Zakwas z buraka naturalny 10% [składniki: burak, woda, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól], Seler korzeniowy 2%, Pietruszka korzeń 2%, Len ziarno 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%)</p> <p>2. Pierogi leniwe z sosem truskawkowym 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Twaróg wiejski tłusty 63% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Mąka pszenna 27%, Truskawki 10%, Jaja kurze całe 6%, Cukier trzcinowy nierafinowany 2%, (Dieta mleko/jajka –</p> <p>1. Potrąwka z fileta z indyka bezmleczna +mix warzyw 100.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 38%, Brokuły mrożone 15%, Kalafior 15%, Fasola szparagowa 10%, Woda wodociągowa 8%, Groszek zielony 5%, Dynia 5%, Len mielony 2%, Mąka pszenna 2%</p> <p>2. Kasza kuskus 40.00g</p> <p>3. Kompot z owoców mieszanych 150.00g składniki: Woda wodociągowa 73%, Mieszanka kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13%</p>	<p>1. Bulka drożdżowa 40.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól]Może zawierać mleko Dieta mleko, jajka- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>2. Masło unikat extra 8.00g (Dieta mleko- Masło roślinne 8.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>3. Dżem truskawkowy/wiśniowy 100% 8.00g [składniki: Truskawki/ wiśnie (100 g truskawek/ wiśni na 100 g produktu),cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca - pektyny.]</p>

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.
W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE
 WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH LASKOWY, WŁOSKI), SELER, GORCZYCA, NASIONA SEZAMU, DWUTLENEK SIARKII SIARCZYNY.
 ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY.

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy a potrawy solimy za pomocą szerokiej gamy zdrowych ziół. Do przygotowywania potraw wykorzystuje się wyłącznie **wysokogatunkowe produkty spożywcze**. Sami przygotowujemy wszystkie potrawy (np. pasty, twarożki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)