

Jadłospis 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 1 - Wtorek , 2024-04-02 | | | |
|--|--|--|--|
| I śniadanie | II śniad | obiad | podwieczorek |
| <p>1. Owsianka z brzoskwinia 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 89%, Płatki owsiane 6% [składniki:], Brzoskwinia w syropie 6% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy] (Dieta mleko- Owsianka na napoju owsianym z brzoskwinia 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: : Napój owsiany 89% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morska], Płatki owsiane 6% [składniki:], Brzoskwinia w syropie 6% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy]</p> <p>2. Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą)(Dieta mleko- Masło roślinne 6.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>3. Pasztet z cieciorki 20.00g składniki: Ciecierzycza 67%, Czosnek 7%, Oliwa z oliwek 7%</p> <p>4. Ogórek kiszony 15.00g</p> <p>5. Herbata czarna 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata czarna 1%</p> <p>6. Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> | <p>1. Jabłko 45.00g</p> <p>2. Gruszka 25.00g</p> | <p>1. Zupa pomidorowa z makaronem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 48%, Passata 18% [składniki: pomidory, sól], Marchew 15%, Makaron bezglutenowy 8% , Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1% (Dieta mleko – Zupa pomidorowa bezmleczna z makaronem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 48%, Passata 18% [składniki: pomidory, sól], Marchew 15%, Makaron bezglutenowy 8%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1%</p> <p>2. Udziec z indyka bezmleczny w sosie własnym 40.00g składniki: Mięso udziec z indyka bk/bs 78%, Olej rzepakowy uniwersalny 8%, Len mielony 8%, Mąka pszenna typ 450 6%</p> <p>3. Surówka z marchwi + jabłko 40.00g składniki: Marchew 60%, Jabłko 40%</p> <p>4. Zielone puree ziemniaczane 70.00g składniki: ziemniaki 85%, zielony groszek mrożony 15%</p> | <p>1. Kisiel malinowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 44%, Maliny 33%, Skrobia ziemniaczana 10%, cukier 3%</p> <p>2. Wafle ryżowe 11.00g [składniki: mąka pszenna, mąka ryżowa, olej rzepakowy, sól morska]</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 SIARKI 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 ani nie solimy. Przyprawiamy wyłącznie 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 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 2 - Środa, 2024-04-03 | | | |
|---|---|---|--|
| I śniadanie | II śniad | obiad | podwieczorek |
| <p>1. Zupa mleczna z płatkami żytnimi 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Płatki żytnie 5% [składniki:] (Dieta mleko - Zupa na napoju owsianym z płatkami żytnimi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany organic 95% [składniki: woda, owies* (14%).], Płatki żytnie 5%</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 6.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Kiełbaska swojska 20.00g (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, glukoza, cukier, czosnek, gałka muszkatołowa)</p> <p>5. Ogórek z rzodkiewką 32.00</p> <p>6. Herbatka rooibos 150.00g składniki: Woda wodociągowa 98%, Herbata rooibos 2%</p> | <p>1. Jabłko 70.00g</p> <p>2. Czekolada gorzka 8.00g [składniki: miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, emulgator: lecytyny (ze słonecznika), może zawierać soję, orzeszki arachidowe, orzechy laskowe, migdały, nasiona sezamu, mleko i jaja] (Dieta mleko, jajka, orzechy- chrupki kukurydziane 6.00g)</p> | <p>1. Zupa kalafiora z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 35%, Kalafior 28%, Marchew 15%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Ziemniaki 10% , Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Dieta mleko – Zupa kalafiorowa bezmleczna z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 37%, Kalafior 28%, Marchew 15%, Ziemniaki 10% , Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len ziarno S 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%</p> <p>2. Jajko gotowane 37,5.00g (Dieta jajko- Mięsko gotowane 49.00g)</p> <p>3. Sos chrzanowy 20.00g składniki: Woda wodociągowa 49%, Krem chrzanowy 30%, Mąka pszena 20%, Pieprz czarny MIELONY 2%</p> <p>4. Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 55.00g składniki: Fasolka 98%, Oliwa z oliwek%</p> <p>5. Kasza bulgur z olejem 40.00g składniki: Kasza bulgur 90%, Olej rzepakowy uniwersalny 10%</p> | <p>Ciasto bananowe 57.60g składniki: Banan 26%, Mąka pszena 24%, Jaja kurze całe 24%, Olej rzepakowy uniwersalny 17%, Cukier 7%, Cynamon mielony 1%, Proszek do pieczenia S 0%, Soda oczyszczona 0% (Dieta jajka-</p> <p>1. Weka pszena 35.00g [składniki: mąka pszena, 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/ wiśniowy 15.00g</p> |

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, niebędących 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 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 3 - Czwartek, 2024-04-04 | | | |
|--|--|---|----------------------|
| I śniadanie | II śniadanie | obiad | podwieczorek |
| <ol style="list-style-type: none"> Bawarka 152.00g składniki: Woda wodociągowa 50%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 50%, Herbata czarna 0% (Dieta mleko- Bawarka na napoju 152.00g składniki: Napój owsiany 50% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Woda wodociągowa 50%, Herbata czarna 0%) Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] Gouda ser żółty 20.00g [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.]) Masło 82% tłuszczu 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą)(Dieta mleko- Masło roślinne 6.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) Pomidor z oliwą z oliwek 25.00g Salata 5.00g | <p>Napój gruszkowo-jabłkowy (gruszka, jabłko, woda mineralna) 150.00 g</p> | <ol style="list-style-type: none"> Rosół z lanym ciastem 200.00g składniki: Woda wodociągowa 55%, Marchew 13%, Mięso udziec z indyka bk/bs 20%, Makaron jajeczny 5% [składniki: może zawierać soję], Cebula 3%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Ziele angielskie MIELONE 0% [składniki: może zawierać gorczycę, jaja, mleko, seler, soję, zboża zawierające gluten], Liść laurowy RW 0% [składniki: Może zawierać gluten, jaja, soję, mleko i produkty pochodne oraz seler i gorczycę], Pieprz czarny MIELONY 0% [składniki: Może zawierać gluten, jaja, soję, mleko i produkty pochodne oraz seler i gorczycę], Pietruszka liście 0%, Lubczyk suszony 0% [składniki: Może zawierać gorczycę, jaja, mleko, seler, soję, zboża zawierające gluten] (Dieta jajka – Rosół z makaronem bezjajecznym 200.00g składniki: Woda wodociągowa 55%, Marchew 13%, Mięso udziec z indyka bk/bs 20%, Makaron bezjajeczny 5% [składniki: może zawierać soję], Cebula 3%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Ziele angielskie MIELONE 0% [składniki: może zawierać gorczycę, jaja, mleko, seler, soję, zboża zawierające gluten], Liść laurowy RW 0% [składniki: Może zawierać gluten, jaja, soję, mleko i produkty pochodne oraz seler i gorczycę], Pieprz czarny MIELONY 0% [składniki: Może zawierać gluten, jaja, soję, mleko i produkty pochodne oraz seler i gorczycę], Pietruszka liście 0%, Lubczyk suszony 0% [składniki: Może zawierać gorczycę, jaja, mleko, seler, soję, zboża zawierające gluten] Wieprzowina. gotowana bezmleczna 46.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 87%, Len mielony 9%, Olej rzepakowy 4% Surówka z ogórków kiszonych z oliwą z oliwek 43.00g składniki: Ogórek kwaszony 90%, Oliwa z oliwek 6%, Cebula 4% Sos pomidorowy 20.00g składniki: Passata 85% [składniki: pomidory, sól], Mąka pszenna typ 15% Ziemniaki 70.00g | <p>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 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 5 - Piątek, 2024-04-05 | | | |
|---|---|---|---|
| I śniadanie | II śniad | obiad | podwieczorek |
| <ol style="list-style-type: none"> Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g 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 98% Napój owsiany 89% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%) Chleb żytni razowy 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka razowa żytnia, zakwas żytni, sól, drożdże] Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą)(Dieta mleko- Masło roślinne 6.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) Pasta z ryby ze szczypiorkiem i ogórkiem kiszonym 27.00g (Ryba) składniki: Dorsz 65%, Ogórek kwaszony 16%, Olej rzepakowy 10%, Szczypiorek 10% Pomidor 30.00g | <ol style="list-style-type: none"> Jabłko 35.00g Melon 35.00g | <ol style="list-style-type: none"> Zupa krem z brokuła z grzankami 200.00g składniki: Woda wodociągowa 43%, Brokuł 38%, Baton pszenny 10% [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy], Por 3%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% Makaron z jagodami, jogurtem naturalnym i cukrem trzcinowym 213.00g składniki: Jogurt naturalny typ grecki 46%, Czarne jagody mrożone 28%, Makaron bezjajeczny 23% [składniki: może zawierać soję], Cukier trzcinowy nierafinowany 3% (Dieta mleko: Makaron z jagodami i tofu 130.00g składniki: Jagody 23%, Makaron bezjajeczny 70% : Tofu naturalne 5% [składniki: woda, ziarna soi, koagulator], 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"> Bulka drożdżowa 40.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól] (Dieta jajka- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]) 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) 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.] |

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, niebędących 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 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 6 - Poniedziałek, 2024-04-08 | | | |
|--|--|---|---|
| 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% <u>Dieta mleko-</u> 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%)</p> <p>2. Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>3. Masło unikat extra 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą)(<u>Dieta mleko-</u> 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. Ser żółty 20.00g [składniki: mleko (bez stosowania GMO), sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia] (<u>Dieta mleko-</u> Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> <p>5. Ogórek zielony 30.00g</p> | <p>1. Jabłko 65.00g</p> <p>2. Chrupki kukurydziane 5.00g</p> | <p>1. Zupa koperkowa na króliku makaronem 200.00g składniki: Woda wodociągowa 49%, Marchew 15%, Makaron bezjajeczny RW 8% [składniki: może zawierać soję], Koper ogrodowy 8%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Królik tuszka 5%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 4%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony RW 1%, Olej rzepakowy uniwersalny 1% (<u>Dieta mleko</u> – Zupa koperkowa bezmleczna na króliku makaronem 200.00g składniki: Woda wodociągowa 54%, Marchew 15%, Makaron bezjajeczny RW 8% [składniki: może zawierać soję], Koper ogrodowy 8%, Królik tuszka 5%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 4%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony RW 1%, Olej rzepakowy uniwersalny 1%</p> <p>2. Risotto z mięsem i jarzynami w sosie pomidorowym 124.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Wieprzowina szynka surowa 36%, Marchew 16%, Passata 16% [składniki: pomidory, sól], Ryż brązowy 14%, Pietruszka korzeń 3%, Seler korzeniowy 3%, Olej rzepakowy 2%, Len ziarno 2%</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. Deser z prażoną gruszką z jogurtem, płatkami owsianymi i cynamonem (Zboża zawierające gluten) 150.00g składniki: Jogurt naturalny typ grecki 82%, Gruszka 13%, Płatki owsiane 2%, Miód pszczeli 2%, Cynamon 1% (<u>Dieta mleko</u> – Deser z prażoną gruszką na napoju owsianym z płatkami owsianymi i cynamonem 150.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany organic 76% [składniki: woda, owies* (14%).], gruszka 20%, miód 2%, Płatki owsiane 2% [składniki: może zawierać nasiona sezamu]</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 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 7 - Wtorek, 2024-04-09 | | | |
|---|---|---|--|
| I śniadanie | II śniad | obiad | podwieczorek |
| <ol style="list-style-type: none"> Bawarka 152.00g składniki: Woda wodociągowa 50%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 50%, Herbata czarna 0% (Dieta mleko- Bawarka na napoju 152.00g składniki: Napój owsiany 50% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Woda wodociągowa 50%, Herbata czarna 0%) Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże] Masło unikat extra 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) Parówki 33.00g [składniki: mięso z indyka 94%, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza. Kiełbaska swojska 20.00g (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, glukoza, cukier, czosnek, gałka muszkatołowa) Pomidor 25.00g Sałatka 5,00g | <p>Lemoniada 150.00g składniki: Woda źródłana ŻYWIEC ZDRÓJ 87%, Pomarańcza 7%, Cytryna 3%, Miód pszczeli 2%, Mięta świeża 1% (Dieta cytrus-sok jabłkowy) 150.00g</p> | <ol style="list-style-type: none"> Żurek na mięsie z ziemniakami 200.00g składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 29%, Żurek ZAKWAS 15% [składniki: mąka żytnia, czosnek, zakwas, woda], Marchew 13%, Mięso udziec z indyka bk/bs 9%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony RW 1% Pierogi leniwe z sosem jogurtowym z truskawkami 170.00g (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%, Jogurt naturalny 10%, Truskawki 8%, Jaja kurze całe 6%, Masło unikat extra 2%, Cukier trzcinowy nierafinowany 2% (Dieta mleko/jajka – Makaron z tofu, truskawkami i cukrem trzcinowym 95.00g składniki: Tofu naturalne 37% [składniki: woda, ziarna soi, koagulator], Truskawki 34%, Makaron bezjajeczny pełnoziarnisty 26% [składniki: może zawierać soję], Cukier trzcinowy nierafinowany 3% | <ol style="list-style-type: none"> Mus jabłkowo-brzoskwinowy 120.00g składniki: Jabłko 81%, Banan 19% Ciasteczka zbożowe jagodowe 25.00g [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 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 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 8 - Środa, 2024-04-10 | | | |
|--|---|--|---|
| 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% <u>Dieta mleko-</u> 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] Jajecznica 53.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze 94%, Masło unikat extra 6% (<u>Dieta mleko/jaja</u> – Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.] Masło unikat extra 6.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (<u>Dieta mleko-</u> Masło roślinne 6.00g tłuszcze i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) Pomidor ze szczypiorkiem 32.00g | <ol style="list-style-type: none"> Jabłko 65.00g Chrupki kukurydziane 5.00g | <ol style="list-style-type: none"> Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych na mięsie z ryżem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ogórek kwaszony 20%, Woda wodociągowa 24%, Marchew 13%, udziec z indyk 9%, Śmietana 18% tl 5%, Ryż 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (<u>Dieta mleko</u> – Zupa ogórkowa bezmleczna z ogórków kwaszonych na mięsie z ryżem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 22%, Ogórek kwaszony 20%, Marchew 13%, Ryż 5%, udziec z indyka 9%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 2%, Pietruszka liście 1% Kotlety z dorsza 58.00g (Jaja i produkty pochodne, Ryba) składniki: Dorsz mrożony 75%, Jaja kurze 10%, Bułka pszenna 6% [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz: kwas askorbinowy], Cebula 4%, Olej rzepakowy 4% (<u>Dieta jajka-</u> Dorsz pieczony 50.00g) Marchew z groszkiem oprószana 58.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Marchew z groszkiem mrożona 94%, Mąka pszenna 5%, Olej rzepakowy 2% Ziemniaki 70.00g | <ol style="list-style-type: none"> Kisiel truskawkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 52%, Truskawki 33%, Cukier 5%, skrobia ziemniaczana 10% Wafle ryżowe 11.00g [składniki: ryż (brązowy, biały), 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 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 9 - Czwartek, 2024-04-11 | | | |
|---|--|--|---|
| I śniadanie | II śniadanie | obiad | podwieczorek |
| <p>1. Owsianka z truskawkami 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tluszczu 89%, Płatki owsiane 6% Truskawki 6% (Dieta mleko- Owsianka na napoju owsianym z truskawkami 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: : Napój owsiany 89% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Płatki owsiane 6% Truskawki 6%</p> <p>2. Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>3. Masło unikat extra 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tluszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Hummus 20.00g składniki: Ciecierzycza 66%, Czosnek 7%, Oliwa z oliwek 7%, Sezam 1%</p> <p>5. Ogórek kiszony 15.00g</p> <p>6. Herbata czarna 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata czarna 1%</p> | <p>1. sok z gumijagód 150.00g (woda wodociągowa 70%, jabłka 30%, jagody 10%)</p> <p>2. Czekolada gorzka 8.00g [składniki: miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, emulgator: lecytyny (ze słonecznika), może zawierać soję, orzeszki arachidowe, orzechy laskowe, migdały, nasiona sezamu, mleko i jaja] (Dieta mleko, jajka, orzechy- chrupki kukurydziane 6.00g)</p> | <p>1. Zupa krem brokułowo-groszkowy z grzankami 200.00g składniki: Woda wodociągowa 41%, Brokuły mrożone 19%, Groszek zielony mrożony 13%, Marchew 11%, Baton pszenny RW 10% [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy], Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno S 1%</p> <p>2. Makaron ze szpinakiem i filetem z indyka 155.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 44%, Makaron bezjajeczny 25% [składniki: może zawierać soję], Jogurt naturalny typ grecki 20%, Szpinak mrożony 10%, Czosnek 1%, Pieprz ziołowy 0%(Dieta mleko – Makaron ze szpinakiem i filetem z indyka 155.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 44%, Makaron bezjajeczny 45% [składniki: może zawierać soję], Szpinak mrożony 10%, Czosnek 1%, Pieprz ziołowy 0%{</p> | <p>1. Czekoladowy deser z kaszą manną i miodem 150.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tluszczu 82%, Kasza manna 13%, Kakao 3% [składniki: może zawierać mleko, zboża, soję], Miód pszczeli 2%</p> <p>(Dieta mleko – Czekoladowy deser z kaszą manną i miodem 150.00g składniki: Napój owsiany organic 82% [składniki: woda, owies* (14%).], Kasza manna 13%, Kakao 3% [składniki: może zawierać mleko, zboża, soję], Miód pszczeli 2%</p> |

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, niebędących 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 02.04-12.04.24r.

| Dzień: 10 - Piątek, 2024-04-12 | | | |
|---|--|---|----------------------|
| I śniadanie | II śniadanie | obiad | podwieczorek |
| <p>1. Zupa mleczna z płatkami żytnimi 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Płatki żytnie 5% [składniki:] (Dieta mleko - Zupa na napoju owsianym z płatkami żytnimi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany organic 95% [składniki: woda, owies* (14%).], Płatki żytnie 5%</p> <p>2. Bulka drożdżowa 40.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól] Dieta mleko- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>3. Masło unikat extra 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 6.00g tłuszcze i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Twarożek z brzoskwinią 30.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty Piątnica RW 83% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Brzoskwinia w syropie 17% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy] (Dieta mleko- 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> <p>5. Herbatka rooibos 150.00g składniki: Woda wodociągowa 98%, Herbata rooibos 2%</p> | <p>1. Banan 45.00</p> <p>2. Gruszka 25.00g</p> | <p>1. Zupa gulaszowa z ziemniakami 200.00g składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 29%, Marchew 15%, Passata 10% [składniki: pomidory, sól], Udziec z indyka 9%, Papryka czerwona 3%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1%, Czosnek 0%, Pieprz czarny MIELONY RW 0%</p> <p>2. Kaszotto 102.50g składniki: Woda wodociągowa 56%, Kasza bulgur 10%, Marchew z groszkiem mrożona 8%, Brokuły mrożone 8%, Fasolka szparagowa mrożona 8%, Cebula 3%, Mąka pszenna 3%, Czosnek 1%, Oliwa z oliwek 1%, Bazylia suszona 0%, Oregano suszone 0%, Pieprz czarny MIELONY 0%</p> | <p>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.)