

Jadłospis 02.10-13.10.23r.

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2023-10-02			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru 152.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 99%, Kakao 1% (Dieta mleko- Kakao naturalne na napoju owsianym bez cukru 152.00g składniki: Napój owsiany organic 98% [składniki: woda, owies* (14%).], Kakao 2% 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) - 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.] - Pomidor 25.00g - Ogórek 5.00g	1.Banan 35.00g 2.Melon 35.00g	Zupa pomidorowa z ryżem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 48%, Passata 18% [składniki: pomidory, sól], Marchew 15%, Ryż brązowy 8% , Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony RW 1%, Pietruszka liście 1% (Dieta mleko – Zupa pomidorowa bezmleczna z ryżem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 48%, Passata 18% [składniki: pomidory, sól], Marchew 15%, Ryż brązowy 4%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1% Placuszki jogurtowo-budyniowe z jabłkiem 127.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Jabłko 31%, Jogurt naturalny 28%, Mąka pszenna 20%, Jaja kurze 8%, Budyń śmietankowy 8% [składniki: skrobia kukurydziana, skrobia modyfikowana, skrobia ziemniaczana, aromat, barwnik:ryboflawiny. może zawierać soję, mleko i zboża zawierające gluten], Cukier trzcinowy nierafinowany 2%, Olej rzepakowy 2%, Proszek do pieczenia 1% Dieta mleko/jajka : Potrąwka z fileta z indyka bezmleczna z warzywami 84.20g (Seler i produkty pochodne) składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 48%, Marchew 24%, Napój sojowy z wapniem organic Sante 12% [składniki: Woda, soja (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Pietruszka korzeń 5%, Seler korzeniowy 5%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Len mielony 2%, - Kasza kuskus 18.00g - Kompot z owoców mieszanych 150.00g składniki: Woda wodociągowa 73%, Mieszaneczka kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13%	Koktajl na maślanie z mielonym słonecznikiem i malinami 150.00g składniki: Maślaneczka Mrągowska naturalna Mlepol RW 80%, Maliny mrożone 16%, Słonecznik nasiona 2%, Cukier 2% (Dieta mleko- Koktajl na napoju sojowym z malinami 165.00g składniki: Napój sojowy z wapniem organic Sante 80% [składniki: Woda, soja (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Maliny mrożone 16% , Słonecznik nasiona 2%, Cukier 2% - Chrupki kukurydziane czekolada/ banan 25.00g [składniki: Kasza kukurydziana 73%, (czekolada w proszku 12,5% (nierafinowany cukier trzcinowy,proszek kakaowy) lub puree bananowe 3%) ,olej słonecznikowy, nierafinowany cukier trzcinowy,sól morską,aromat naturalny, emulgator:lecytyna słonecznikowa, może zawierać gluten, soję, orzechy, mleko] (Dieta mleko- Chrupki kukurydziane 5.00g)

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, ORZECHE (MIGDAŁ, ORZECHE LASKOWE, 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 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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 2 - Wtorek, 2023-10-03			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
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 migdałowo- owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiano- migdałowy organic Sante 98% [składniki: woda, owies* (14%), migdał* (3%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2% 2. Chleb orkiszowy 35.00g [składniki: mąka pszenna, mieszanka orkiszowa (pełnoziarnista mąka orkiszowa, pełnoziarnista mąka żytnia, mąka sojowa, ekstrakt grochu, emulgatory(mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych, lecytyna), mąka przeżelowana (kukurydziana i pszenna), gluten pszenny, sproszkowana słodka serwatka, kwas askorbinowy, glukoza), zakwas żytni, sól żytni, sól] (Dieta mleko- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]) 3. Masło unikat extra 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 8.00g tłuszcz i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 4. Parówki 20.00g [składniki: mięso z indyka 94%, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza, woda. Może zawierać: soję, mleko, seler, gorczycę](Dieta mleko- Twarożek wegański 20.00g Twarożek wegański 30.00g [składniki: woda, olej kokosowy (24%), skrobia, zmielone nasiona słonecznika, sól morską, zagęszczacz: celuloza, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: b-karoten, witamina b12] 5. Ogórek zielony z rzodkiewką 25.00g 6. Papryka 5.00g	1. Gruszka 35.00g 2. Jabłko 35.00g	1. Rosół z mięsa mieszanego z makaronem 200.00g składniki: Woda wodociągowa 50%, Marchew 13%, Wieprzowina szynka surowa 10%, Mięso udziec z indyka bk/bs 10%, Kapusta pekińska 5%, Makaron bezglutenowy 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] 2. Potrawka mięsna z warzywami 90.00g składniki: Marchew 22%, Wieprzowina szynka surowa 22%, Mięso udziec z indyka bk/bs 22%, Groszek zielony mrożony 6%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 4%, Olej rzepakowy uniwersalny 3%, Len mielony 2%, Por 2% 3. Kasza bulgur z olejem 21.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Kasza bulgur 90% [składniki: może zawierać nasiona sezamu], Olej rzepakowy 10%	1. Rogalik 35.00g [składniki: mąka pszenna, cukier, margaryna (sól, olej rzepakowy 70%), drożdże, sól, kwas askorbinowy] Może zawierać mleko i jajka (Dieta mleko/jajka- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]) 2. Masło 82% tłuszczu 6.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszcz i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 3. Dżem 100% truskawkowy/brzoskwiniowy 15.00g

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 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 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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 3 - Środa, 2023-10-04			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczerek
1. Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Płatki orkiszowe pełnoziarniste 5% (Dieta mleko - Zupa na napoju owsianym z płatkami orkiszowymi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany organic 95% [składniki: woda, owies* (14%).], Płatki orkiszowe pełnoziarniste 5% 2. Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże] 3. Masło unikat extra 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) 4. Pasta mięsno-warzywna 27.00g składniki: udziec z indyka 56%, Marchew 19%, Pietruszka korzeń 11%, Oliwa z oliwek 7%, Cebula 7% 5. Pomidor ze szczypiorkiem 25.00g 6. Ogórek kiszony 5.00g	1. Kiwi 35.00g 2. Nektarynka 35.00g	1. Barszcz na naturalnym zakwasie z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 31%, Woda wodociągowa 21%, Marchew 13%, Burak 13%, Zakwas z buraka naturalny 10% [składniki: burak, woda, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól], Śmietana 18% tłuszczu 5%, Seler korzeniowy 2%, Pietruszka korzeń 2%, Cebula 2%, Len ziarno 1%, Pietruszka liście 1% (Dieta mleko – Barszcz 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 mielony 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%) 2. Wieprzowina. gotowana 53.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 87%, Len mielony 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%) 3. Surówka z marchwi i jabłek 100.00g składniki: Marchew 60%, Jabłko 40% 4. Kasza kuskus z olejem 21.00g (Zboża zawierające gluten)	1. Ciasto marchewkowe 60.00g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Marchew 33%, Mąka pszenna 23%, Jaja kurze całe 23%, Olej rzepakowy 17%, Cukier 3%, Cynamon mielony 1%, Proszek do pieczenia 0,1%, Soda oczyszczona 0,1% (Dieta jaja: 1. Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]) 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) 3. Dżem 100% truskawkowy/brzoskwiniowy 15.00g

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 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 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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 4 - Czwartek, 2023-10-05			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
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 migdałowo- owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiano-migdałowy organic 98% [składniki: woda, owies* (14%), migdał* (3%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2% - Chleb graham 35.00g [składniki: mąka graham pszenna, mąka pszenna, zakwas żytni, posypka (żytnia, pszenna, jęczmienna), drożdże, sól] Masło unikat extra 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) <u>Dieta mleko</u>- 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) Jajecznica 53.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze 94%, Masło unikat extra 6% <u>Dieta mleko/jaja</u> – Tofucznica 55.00g (Soja i produkty pochodne) składniki: NaturAvena tofu naturalne 91%, Olej rzepakowy 7%, Kurkuma mielona 2% Pomidor 25.00g Salata lodowa 5.00g Herbata biała 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata biała 1%	- Gruszka 70.00g - 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)	Zalewajka z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Kefir 25%, Woda wodociągowa 16%, Marchew 13%, Jaja kurze całe 6%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (Dieta mleko/jaja – Zupa jarzynowa z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Mieszanka mrożonych warzyw 20%, Woda wodociągowa 19%, Marchew 13%, Mięso udziec z indyka 9%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% Udziec z indyka w sosie własnym 51.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Mięso udziec z indyka 78%, Olej rzepakowy uniwersalny 8%, Len mielony 8%, Mąka pszenna 6% - Kapusta młoda duszona 73.00g składniki: Kapusta biała 95%, Koper 3%, Oliwa z oliwek 2% Kasza bulgur z olejem 20.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Kasza bulgur 90%, Olej rzepakowy uniwersalny 10%	- Mus jabłkowo- bananowo- brzoskwinowy 100g 100.00g składniki: jabłko 60%, banan 20%, brzoskwinia 20% - Ciasteczka zbożowe jagodowe 12.50g [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), Może zawierać soję i orzechy.] Dieta mleko- Chrupki kukurydziane 15.00g)

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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 5 - Piątek, 2023-10-06			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
1. Owsianka z truskawkami 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 90%, Płatki owsiane 5%, Truskawki 5% (Dieta mleko/jaja- Owsianka na napoju sojowym z truskawkami 190.00g (Zboża zawierające gluten)) składniki: Napój sojowy z wapniem organic Sante 90% [składniki: Woda, soja (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Płatki owsiane 5%, Truskawki 5% 2. Baton pszenny 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] 3. Masło unikat extra 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszcz i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 4. Paszтет z ciecioriki 15.00g składniki: Ciecierzycy 67% [składniki: może zawierać gluten, soję oraz mleko], Oliwa z oliwek 13%, Papryka czerwona mielona SŁODKA 7% [składniki: Może zawierać gluten, jaja, soję, mleko i produkty pochodne oraz seler i gorczycę], Cebula 7%, Czosnek 7% 5. Ogórek z rzodkiewką 25.00g 6. Papryka 5.00g 7. Herbata czarna 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata czarna 1%	1. Sok świeżo tłoczony strażnik odporności (jabłko, marchew, pomarańcz, jarmuż) 75.00g 2. Woda źródlana żywiec zdroj 75.00g	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki 28%, Mieszaneczka mrożonych warzyw 9 składnikowa S 20%, Woda wodociągowa 19%, Marchew 13%, Mięso udziec z indyka bk/bs 9%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (Dieta mleko – Zupa jarzynowa bezmleczna z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne)) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 21%, Mieszaneczka 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% 2. Makaron z serem, cukrem trzcinowym i truskawkami 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Makaron bezglutenowy 50 %, Ser Twarogowy 25 %, Truskawki 22%, Cukier trzcinowy nierafinowany 3%, (Dieta mleko: Makaron z truskawkami z Inem na napoju owsianym 112.00g składniki: Truskawki 45%, Napój owsiany organic Sante 27% [składniki: woda, owies* (14%).], Makaron bezglutenowy 22% [składniki: może zawierać soję], Len mielony 4%, Cukier trzcinowy nierafinowany 3% 3. Kompot z owoców mieszanych 150.00g składniki: Woda wodociągowa 73%, Mieszaneczka kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13%	1. Serek homogenizowany waniliowy 150.00g składniki: mleko, śmietanka, cukier, naturalny aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych . (Dieta mleko : 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 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 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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2023-10-09			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
1. Zupa mleczna z płatkami orkiszowymi 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, płatki orkiszowe 5% (Dieta mleko/jajka- Zupa na napoju ryżowym z płatkami orkiszowymi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój ryżowy organic 95% [składniki: Woda, ryż* (15%), olej słonecznikowy*, sól morską.], Płatki orkiszowe 5% 2. Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże] 3. Masło unikat extra 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) 4. Pasztet z fasoli z pestkami dyni 16.00g składniki: Fasola biała 63% [składniki: fasola biała, woda, sól], Oliwa z oliwek 13%, Dynia pestki 13%, Cebula 6%, Czosnek 6% 5. Ogórek 30.00g	1. Banan 35.00g 2. Jabłko 35.00g	3. Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych na mięsie z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Ogórek kwaszony 20%, Woda wodociągowa 19%, Marchew 13%, udziec z indyk 9%, Śmietana 18% tł 5%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (Dieta mleko – Zupa ogórkowa bezmleczna z ogórków kwaszonych na mięsie z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 22%, Ogórek kwaszony 20%, Marchew 13%, udziec z indyka 9%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 2%, Pietruszka liście 1% 4. Naleśniki z serem twarogowym i jagodami 145.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) składniki: Ser twarogowy półtłusty 28%, Mąka pszenna 21%, J 17%, Mleko spożywcze 3.2% tł 14%, Woda wodociągowa 8%, Jaja kurze 3%, Miód pszczeli 3%, Olej rzepakowy 3%, Orzechy nerkowca 2% (Dieta mleko/jaja : 1. Wieprzowina. gotowana bezmleczna z warzywami 86.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Wieprzowina szynka 58%, Marchew 23%, Len mielony 5%, Olej rzepakowy 5%, Pietruszka korzeń 5%, Seler korzeniowy 5% 2. Kasza bulgur z olejem 21.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Kasza bulgur 90% [składniki: może zawierać nasiona sezamu], Olej rzepakowy 10% 5. 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%	1. Kisiel truskawkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 47%, Skrobia ziemniaczana Truskawki 48 %, Cukier 5%, 2. Wafle ryżowe z 10.00g [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 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 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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 7 - Wtorek, 2023-10-10			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
1. Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 99%, Kakao RW 1% [składniki: może zawierać mleko, zboża, soję](Dieta mleko- Kakao naturalne na napoju ryżowym bez cukru 153.00g składniki: Napój ryżowy organic 98% [składniki: Woda, ryż* (15%), olej słonecznikowy*, sól morską.], Kakao 2% [składniki: może zawierać mleko, zboża, soję] 2. Rogalik 35.00g [składniki: mąka pszenna, cukier, margaryna (sól, olej rzepakowy 70%), drożdże, sól, kwas askorbinowy] Może zawierać mleko i jajka (Dieta mleko -Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]) 3. Masło unikat extra 6.00g (Mleko, łącznie z laktozą)(Dieta mleko- Masło roślinne 6.00g tłuszcz i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 4. Twarożek z orzechami 30.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) składniki: Twaróg wiejski tłusty 90% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 7%, Orzechy nerkowca 3% (Dieta mleko- Ser żółty wegański 25.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]	1. Kiwi 35.00g 2. Nektarynka 35.00g	1. Zupa jarzynowa z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki 28%, Mieszanka mrożonych warzyw 9 składnikowa S 20%, Woda wodociągowa 19%, Marchew 13%, Mięso udziec z indyka bk/bs 9%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (Dieta mleko – Zupa jarzynowa bezmleczna z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 21%, Mieszanka 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% 2. Gulasz mięsny z żurawiną 53.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina szynka surowa 75%, Mąka pszenna typ 450 6%, Żurawina 1% 3. Sałata ze śmietaną 70.00g składniki: Sałata 85%, Śmietana 18% 10%, Szczypiorek 3%, Rzodkiewka 2%, (Dieta mleko – Sałata lodowa z rzodkiewką składniki : Sałata 85%, rzodkiewka 3% , Szczypiorek 2% , Oliwa z oliwek 1%) 4. Ryż naturalny 18.00g	1. Deser jogurtowy pieczonym jabłkiem i miodem 150.00g składniki: Jogurt naturalny typ grecki 82%, Jabłko 13%, Płatki owsiane 2%, Miód pszczeli 2%, Cynamon 1% (Dieta mleko – Deser na napoju owsianym z jabłkiem i miodem 150.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany organic 76% [składniki: woda, owies* (14%).],jabłko 20%, miód 2%, Płatki owsiane 2% [składniki: może zawierać nasiona sezamu]

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, ORZECHE (MIGDAŁ, ORZECHE 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 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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 8 - Środa, 2023-10-11			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Owsianka z truskawkami 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 90%, Płatki owsiane 5%, Truskawki 5% (Dieta mleko/jaja- Owsianka na napoju sojowym z truskawkami 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój sojowy z wapniem organic Sante 90% [składniki: Woda, soja (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Płatki owsiane 5%, Truskawki 5% 2. Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] 3. Schab pieczony 20.00g składniki: Schab wieprzowy 75%, Olej rzepakowy 10%, Majeranek suszony 5%, Papryka czerwona mielona SŁODKA 5%, Czosnek 5% 4. Masło unikat extra 6.00g (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) 5. Pomidor 25.00g 6. Salata lodowa 5.00g	1. Gruszka 70.00g 2. Czekolada gorzka 6.00g [składniki: miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy, emulgator: lecytyny (ze słonecznika), Masa kakaowa minimum 70%, może zawierać soję, orzeszki arachidowe, orzechy laskowe, migdały, nasiona sezamu, mleko i jaja Dieta mleko: wafelki ryżowe 5.00g	1. Żurek bezmleczny z ziemniakami 200.00g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 35%, Ziemniaki 28%, Żurek ZAKWAS 15% [składniki: mąka żytnia, czosnek, zakwas, woda], Marchew 13%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len mielony 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1% 2. 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%, Bułki pszenne zwykłe 6%, Olej rzepakowy uniwersalny 5%, Sezam 5% (Dieta mleko/ jaja – Filet z indyka. gotowany bezmleczny 53.00g składniki: Filet z indyka surowy 87%, Len ziarno 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%) 3. Marchew z groszkiem oprószana 64.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Marchew z groszkiem mrożona 94%, Mąka pszenna 5%, Olej rzepakowy uniwersalny 2% 4. Kasza kuskus 18.00g	1. Jabłko 130.00g 2. Chrupki kukurydziane 10.00g

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, ORZECHE (MIGDAŁ, ORZECHE 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 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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 9 - Czwartek, 2023-10-12			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Zupa mleczna z płatkami żytnimi 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Płatki żytnie 5% [składniki: może zawierać orzechy i sezam] (Dieta mleko- Zupa na napoju ryżowym z płatkami żytnimi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój ryżowy organic 95% [składniki: Woda, ryż* (15%), olej słonecznikowy*, sól morsk.], Płatki żytnie 5% 2. Chleb żytni razowy 35.00g [składniki: mąka pszena, mąka razowa żytnia, zakwas żytni, sól, drożdże] 3. 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 morsk, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.] 4. Masło unikat extra 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) 5. Pomidor 30.00g 6. Herbata roibos 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata roibos 1%	1. Sok świeżo tłoczony multiwitamina 75.00g (jabłko, marchew, pomarańcz) 2. Woda źródłana żywiec zdroj 75.00g	1. Kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Kapusta biała 25%, Woda wodociągowa 23%, Marchew 13%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (Dieta mleko – Kapuśniak z kapusty białej bezmleczny z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Kapusta biała 25%, Woda wodociągowa 25%, Marchew 13%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len mielony 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%) 2. Wieprzowina. gotowana 53.00g składniki: Wieprzowina szynka 87%, Len mielony 9%, Olej rzepakowy 4%) 3. Mizeria na jogurcie naturalnym 90.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Ogórek 78%, Jogurt naturalny 22% (Dieta mleko – Sałatka z ogórka z rzodkiewką i olejem rzepakowym 84.00g składniki: Ogórek 83%, Rzodkiewka 12%, Olej rzepakowy 5%) 4. Kasza bulgur 21.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Kasza bulgur 90%, Olej rzepakowy 10%	1. Banan 130.00g 2. Ciasteczka zbożowe z morelą 12.50g [składniki: mąka: pszena, pszena pełnoziarnista, żytnia, jęczmienna; pełnoziarniste płatki: owsiane, orkiszowe), substancja słodząca: maltitole; olej słonecznikowy, morela suszona 7 % (morela, mąka ryżowa), serwatka w proszku (z mleka); sól morsk, aromaty. Produkt może zawierać soję oraz orzechy. Dieta mleko : Wafle ryżowe naturalne 15.00g [składniki: może zawierać gluten]

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 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 02.10-13.10.23r.

Dzień: 10 - Piątek, 2023-10-13			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
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 mleku migdałowo- owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiano- migdałowy organic Sante 98% [składniki: woda, owies* (14%), migdał* (3%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%) 2. Chleb graham 35.00g [składniki: mąka graham pszenna, mąka pszenna, zakwas żytni, posypka (żytnia, pszenna, jęczmienna), drożdże, sól] 3. Dżem 100% truskawka/ brzoskwinia 8.00 4. Miód wielokwiatowy 5.00g 5. Masło unikat extra 6.00g (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)	1.Banan 35.00g 2.Melon 35.00g	1. Zupa koperkowa z makaronem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 54%, Marchew 15%, Makaron bezglutenowy 8%, Koper ogrodowy 8%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 4%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno S 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%) 2. Ryż z jabłkiem cynamonem, masłem orzechowym- polany jogurtem naturalnym 137.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Jabłko 58%, Jogurt naturalny 22%, Ryż naturalny 13%, Masło orzechowe 4% [składniki: Prażone orzeszki arachidowe], Olej rzepakowy 1%, Cynamon mielony 1% Dieta mleko: Ryż z jabłkiem cynamonem, masłem orzechowym- polany napojem roślinnym 137.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Jabłko 58%, Napój sojowy z wapniem organic Sante 95% [składniki: Woda, soja (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], 22%, Ryż naturalny 13%, Masło orzechowe 4% [składniki: Prażone orzeszki arachidowe], Olej rzepakowy 1%, Cynamon mielony 1% 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%	1. Serek homogenizowany waniliowy 150.00g składniki: mleko, śmietanka, cukier, naturalny aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych(Dieta mleko : 1. Mus owocowy jabłko/banan/ marchew/ truskawka 130.00g 2. Chrupki kukurydziane 25g

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, ORZECHE (MIGDAŁ, ORZECHE 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 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.)