

Jadłospis 04.09-15.09.23r.

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2023-09-04			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Herbatka biała 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbatka biała 1% 2. Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna , sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] 3. Pasztet z ciecior ki 15.00g składniki: Ciecierzyc a 75%, Oliwa z oliwek 13%, Sezam 5%, Czosnek 7% 4. 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 30.00g	Banan 70.00g	1. Zupa ogórkowa bezmleczna z ogórków kwaszonych z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 30%, Ziemniaki średnio 28%, Ogórek kwaszony 20%, Marchew 13%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2% , Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 2%, Pietruszka liście 1% 2. Risotto z mięsem i jarzynami w sosie pomidorowym 126.00g (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%	1. Jabłko 120.00g 2. Chrupki kukurydziane 15.00

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, ORZEC HY (MIGDAŁ, ORZEC H 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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 2 - Wtorek, 2023-09-05			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
- Herbatka czarna 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbatka czarna 1% Baton pszenny 35.00g[składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] 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) - Pasta mięsno-warzywna 27.00g składniki: udziec z indyka 56%, Marchew 19%, Pietruszka korzeń 11%, Oliwa z oliwek 7%, Cebula 7% - Pomidor ze szczypiorkiem 20.00g	Jabłko 70.00g	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% Gulasz mięsny bezmleczny 53.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina szynka surowa 75%, Napój sojowy z wapniem organic 19% [składniki: Woda, soja (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Mąka pszenna 6% - Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 70.00g składniki: Fasolka 98%, Oliwa z oliwek% - Kasza jęczmienna 18.00g	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 ŁASKOWY, 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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 3 - Środa, 2023-09-06			
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% (<u>Dieta mleko</u>- Kawa inka na napoju owsianym 153.00g składniki: Napój owsiany organic 98% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2% 2. Baton pszenny 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] 3. Masło 82% tłuszczu 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) 4. Pasta mięsno-warzywna 27.00g składniki: udziec z indyka 56%, Marchew 19%, Pietruszka korzeń 11%, Oliwa z oliwek 7%, Cebula 7% 5. Pomidor z kiełkami rzodkiewki 30.00g	Nektarynka 70.00g	1. 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 mielony 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%) 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 kuskus z olejem 21.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Kasza kuskus 90% Olej rzepakowy 10%	1. Sok multiwitamina 200.00g 2. Wafelki ryżowe 15.00g

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieależących 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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 4 - Czwartek, 2023-09-07			
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% <u>Dieta mleko</u>- Kawa inka na napoju owsianym 153.00g składniki: Napój owsiany organic 98% [składniki: woda, owies* (17%), 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. Masło 82% tłuszczu 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) 4. Dżem owocowy brzoskwinia / truskawka 100% 8.00g	Gruszka 70.00g	1. 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% Wieprzowina. gotowana bezmleczna 46.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 87%, Len mielony 9%, Olej rzepakowy 4% 2. Marchew z groszkiem oprószana 64.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Marchew z groszkiem mrożona 94%, Mąka pszenna 5%, Olej rzepakowy 2% 3. Ziemniaki. z tłuszczem roślinnym 80.00g składniki: Ziemniaki średnio 98%, Olej rzepakowy 3%	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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 5 - Piątek, 2023-09-08			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
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 napój owsianym z płatkami orkiszowymi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany organic 95% [składniki: woda, owies* (14%).], Płatki orkiszowe pełnoziarniste 5% - Baton pszenny 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) - 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% - Pomidor 20.00g - Salata 5.00g - Herbatka Rooibos 150.00g składniki: Woda wodociągowa 98%, Herbatka Rooibos 2%	- Sok świeżo tłoczony czerwone słońce (jabłko, marchew, papryka, pomarańcza) (Dieta cytrus- sok jabłkowy 70.00g) - Woda źródlana żywiec zdroj75.00g	Krupnik z komosą ryżową bezmleczny z ziemniakami 200.00g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 46%, Ziemniaki średnio 25%, Marchew 13%, Kasza jęczmienna perłowa 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Olej rzepakowy 2%, Len ziarno 2%, Cebula 2%, Komosa ryżowa 2%, Pietruszka liście 1% Ryż z jabłkiem i cynamonem zapiekany- 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%	Serek homogenizowany waniliowy 150.00g [składniki: mleko, śmietanka, cukier, naturalny aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych(Dieta mleko: 1.Gruszka 130.00g 2. Wafelki ryżowe 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, 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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2023-09-11			
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 napoju owsianym 153.00g składniki: Napój owsiany organic 98% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2% 2. Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże] 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) 4. Hummus 15.00g składniki: Ciecierzycy 67%, Sezam 13%, Cebula 7%, Czosnek 7%, Oliwa z oliwek 7% 5. Ogórek 30.00g	Jabłko 70.00g	1. Kapuśniak z kapusty kwaszonej z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 26%, Kapusta kwaszona 25%, Marchew 13%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Olej rzepakowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% 2. Potrawka z filet 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 RW 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%, 3. Ryż naturalny brązowy 18.00g	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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 7 - Wtorek, 2023-09-12			
I śniadanie	II śniad.	obiad	podwieczorek
1. Owsianka 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Płatki owsiane 5%, (<u>Dieta mleko/jaja-</u> Owsianka na napoju sojowym 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój sojowy z wapniem organic 95% [składniki: Woda, soja (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Płatki owsiane 5%, 2. Rogalik 35.00g [składniki: mąka pszenna, cukier, margaryna (sól, olej rzepakowy 70%), drożdże, sól, kwas askorbinowy]Może zawierać mleko i jajka (<u>Dieta mleko/jajka-</u> Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]) 3. Masło 82% tłuszczu 6.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (<u>Dieta mleko-</u> 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. 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 włoskie 3% (<u>Dieta mleko-</u> 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. Herbatka biała 150.00g składniki: Woda wodociągowa 98%, Herbata biała 2%	Brzoskwinia 70.00g	1. Zupa kalafiorowa z ryżem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 40%, Kalafior 28%, Marchew 15%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Ryż naturalny 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno S 1% <u>Dieta mleko</u> – Zupa kalafiorowa bezmleczna z ryżem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 42%, Kalafior 28%, Marchew 15%, Ryż naturalny Risana RW 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len ziarno S 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1% 2. Gulasz mięsny 53.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina szynka surowa 75%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 19%, Mąka pszenna typ 500 6% (<u>Dieta mleko</u> - Gulasz mięsny bezmleczny 53.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina szynka surowa 75%, Napój sojowy z wapniem organic Sante RW 19% [składniki: Woda, soja* (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Mąka pszenna typ 500 6%) 3. Surówka z marchwi i jabłek 100.00g składniki: Marchew 60%, Jabłko 40% 4. Ziemniaki 78.00g	1. Kisiel malinowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 44%, Maliny 33%, Skrobia ziemniaczana 10%, cukier 3% 2. Wafle ryżowe 5.00g [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, 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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 8 - Środa, 2023-09-13			
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% (<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% 2. Baton pszenney 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] 3. Pasta mięsno-warzywna 15.00g składniki: udziec z indyka 56%, Marchew 19%, Pietruszka korzeń 11%, Oliwa z oliwek 7%, Cebula 7% 4. Masło 82% tłuszczu 6.00g (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) 5. Ogórek małosolny z kielkami rzodkiewki 20.00g 6. Sałata lodowa 10.00g	1. Sok świeżo tłoczony popay (jabłko, pomarańcza, szpinak) (Dieta cytrus- sok jabłkowy 70.00g) 2. Woda źródlana żywiec zdroj75.00g	1. Żurek na mięsie z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 18%, Żurek ZAKWAS 15% [składniki: mąka żytnia, czosnek, zakwas, woda], Marchew 13%, udziec z indyka 9%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (<u>Dieta mleko</u> – Żurek bezmleczny z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 35%, Ziemniaki średnio 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. 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% 3. Surówka z kapusty pekińskiej 73.00g składniki: Kapusta pekińska 82%, Marchew 15%, Oliwa z oliwek 3% 4. Kasza bulgur z olejem 20.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Kasza bulgur 90%, Olej rzepakowy uniwersalny 10%	1. Koktajl jogurtowy z jagodami 150.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Jogurt naturalny typ grecki 79%, Jagody 20%, Cukier trzcinowy nierafinowany 1% (<u>Dieta mleko</u> – Koktajl na napoju sojowym z jagodami 165.00g (Nasiona sezamu i produkty pochodne) składniki: Napój sojowy z wapniem organic Sante 79% [składniki: Woda, soja (11%), cukier trzcinowy*, ekstrakt jabłkowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Jagody 18% 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](<u>Dieta mleko</u>- 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 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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 9 - Czwartek, 2023-09-14			
I śniadanie	II śniad	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 RW 5% [składniki: może zawierać orzechy i sezam](Dieta mleko- Zupa na napoju migdałowo-owsianym z płatkami żytnimi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiano- migdałowy organic Sante 95% [składniki: woda, owies* (14%), migdał* (3%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Płatki żytnie 5% 2. Chleb graham 35.00g [składniki: mąka graham pszenna, mąka pszenna, zakwas żytni, posypka (żytnia, pszenna, jęczmienna), drożdże, sól] 3. Schab pieczony w ziołach z czosnkiem 20.00g 4. 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) 5. Sałata lodowa 25.00g 6. Papryka 5.00g 7. Herbatka czarna 150.00g składniki: Woda wodociągowa 98%, Herbata czarna 2%	Banan 70.00g	1.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% 2. Wieprzowina. gotowana 53.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina szynka surowa 75%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 19%, Mąka pszenna typ 500 6% (Dieta mleko – Wieprzowina. gotowana bezmleczna 53.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 87%, Len ziarno 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%) 3. Mizeria na jogurcie naturalnym 90.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Ogórek 78%, Jogurt naturalny typ grecki RW 22%(Dieta mleko –Sałatka z ogórka z rzodkiewką i olejem rzepakowym 84.00g składniki: Ogórek 83%, Rzodkiewka 12%, Olej rzepakowy uniwersalny 5%) 4. Ziemniaki. z tłuszczem roślinnym 80.00g składniki: Ziemniaki średnio 98%, Olej rzepakowy uniwersalny 3%	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] 2. 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), węglan sodu i amonu. Może zawierać soję i orzechy.](Dieta mleko – 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, 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 04.09-15.09.23r.

Dzień: 10 - Piątek, 2023-09-15			
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 98% [składniki: woda, owies* (14%), migdał*(3%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morska], 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]] 3. Pasta z ryby ze szczypiorkiem i ogórkiem kiszonym 25.00g składniki: Miruna 65%, Ogórek kwaszony 16%, Olej rzepakowy uniwersalny 10%, Szczypiorek 10% 4. 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) 5. Pomidor 30.00g	1.Jabłko 70.00g 2. 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)	1. Krupnik z komosą ryżową na mięsie z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 34%, Ziemniaki 25%, Marchew 13%, udziec z indyka 9%, Kasza jęczmienna perłowa 5%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Komosa ryżowa 2%, Olej rzepakowy 1%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno 1%(Dieta mleko – Krupnik z komosą ryżową bezmleczny z ziemniakami 200.00g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 46%, Ziemniaki średnio 25%, Marchew 13%, Kasza jęczmienna perłowa 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Olej rzepakowy 2%, Len ziarno 2%, Cebula 2%, Komosa ryżowa 2%, Pietruszka liście 1% 2. Makaron z truskawkami, jogurtem naturalnym i cukrem trzcinowym 100.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Truskawki 50%, Makaron bezjajeczny 25%, Jogurt naturalny typ grecki 20%, Cukier trzcinowy nierafinowany 3%, Len ziarno 2%(Dieta mleko: 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% 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 – Banan 130.00g

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 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.)