

Jadłospis 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 1 - Poniedziałek, 2024-04-15 | | | |
|---|---|--|-------------------------|
| 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 morską], Płatki owsiane 6% [składniki:], Brzoskwinia w syropie 6% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy]</p> <p>2. Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże]</p> <p>3. Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g tłuszcze i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Gouda ser żółty 20.00g [składniki: mleko (bez stosowania GMO), sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia] (Dieta mleko- Ser żółty wegański 20.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> <p>5. Ogórek 30.00g</p> <p>6. Herbatka czarna 150.00g składniki: Woda wodociągowa 98%, Herbata czarna 2%</p> | <p>1.Gruszka 35.00g</p> <p>2.Melon 35.00g</p> | <p>1. Zupa kalafiorowa z ryżem 200.00g 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 1% (Dieta mleko – Zupa kalafiorowa bezmleczna z ryżem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 42%, Kalafior 28%, Marchew 15%, Ryż naturalny 5% , Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len ziarno 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%</p> <p>2. 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 :</p> <p>1. Potrąwka z fileta z indyka bezmleczna +mix warzyw 100.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 38%, Brokuły mrożone 15%, Kalafior 15%, Fasola szparagowa 10%, Woda wodociągowa 8%, Groszek zielony 5%, Dynia 5%, Len mielony 2%, Mąka pszenna 2%</p> <p>2. Kasza kuskus 40.00g</p> <p>3. Kompot z owoców mieszanych 150.00g składniki: Woda wodociągowa 73%, Mieszanka kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13%</p> | <p>1. Banan 145.00g</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 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 2 - Wtorek, 2024-04-16 | | | |
|--|--|--|--|
| 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. Baton pszenny 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>3. Masło 82% tłuszczu 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g tłuszcze i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Parówki 33.00g [składniki: mięso z indyka 94%, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza.</p> <p>5. Pomidor 25.00g</p> <p>6. Sałata 5.00g</p> <p>7. Herbatka rooibos 150.00g składniki: Woda wodociągowa 98%, Herbatka rooibos 2%</p> | <p>1. Jabłko 70.00g</p> <p>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)</p> | <p>1. 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]</p> <p>2. Filet z indyka duszony 53.00g składniki: Filet z indyka 87%, Len ziarno 9%, Olej rzepakowy 4%)</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. Kasza manna na mleku z jagodami 161.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tl. 75%, jagody 13%, Kasza manna 10%, Cukier trzcinowy nierafinowany 2% (Dieta mleko – Kasza manna na napoju owsianym z jagodami 161.00g składniki: Napój owsiany organic Sante 80% [składniki: Woda, owies* (15%), olej słonecznikowy*, sól morską.], jagody 10%, Kasza manna 8% , Cukier trzcinowy nierafinowany 2%</p> |

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

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 3 - Środa, 2024-04-17 | | | |
|--|---|--|---|
| 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 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%) 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 10.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 4. Schab pieczony w ziołach 20.00g 5. Ogórek zielony z rzodkiewką 30.00g | Napój szarlotkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 78%, Jabłko 12%, Gruszka 10%, Cynamon mielony 0% | 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. Risotto z mięsem i jarzynami w sosie pomidorowym 134.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Wieprzowina szynka surowa 36%, Marchew 16%, Passata 16% [składniki: pomidory, sól], Ryż brązowy 14%, Pietruszka korzeń 3%, Seler korzeniowy 3% , Olej rzepakowy 2%, Len ziarno 2% | 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. 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, 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 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 4 - Czwartek, 2024-04-18 | | | |
|---|---|--|--|
| I śniadanie | II śniadanie | obiad | podwieczorek |
| <p>1. 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% (3%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%</p> <p>2. Bulka drożdżowa 40.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól] Dieta jajka- Węka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>3. Masło 82% tłuszczu 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g 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 orzechami 30.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty 96% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Orzechy nerkowca 4% (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. Nutella 8.00g składniki: Awokado 50%, Banan 25%, Daktyle suszone 15%, Kakao 10% [(Dieta Kakao, banan- Ser żółty wegański 20.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> | <p>1. Gruszka 25.00g</p> <p>2. Banan 45.00g</p> | <p>1. Zupa krem z zielonego groszku z grzankami 200.00g składniki: Woda wodociągowa 53%, Groszek zielony mrożony 18%, Marchew 13%, Baton pszenny 10% [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy], Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno 1%</p> <p>2. Mięso w sosie własnym + mix warzyw 106.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 42%, Brokuły mrożone 14%, Fasolka szparagowa mrożona 14%, Kalafior mrożony 14%, Woda wodociągowa 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 3%, Mąka pszenna 3%</p> <p>3. Ziemniaki 70.00g</p> | <p>1. Koktajl jogurtowy z brzoskwinia 150.00g składniki: Jogurt naturalny typ grecki 78%, Brzoskwinia w syropie 20% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy], Cukier trzcinowy nierafinowany Diamant 2% (Dieta mleko- Koktajl na napoju z brzoskwinia 200.00g składniki: Napój owsiany 98% Napój owsiany 78% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Brzoskwinia w syropie 20% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy], Cukier trzcinowy nierafinowany Diamant 2%</p> <p>2. Ciasteczka zbożowe kakaowe 12,5.00g [składniki: Mąka pszenna 42,4%, pełnoziarniste płatki owsiane 15%, olej słonecznikowy, daktyl, substancje słodzące: maltitole, ksylitol; błonnik rozpuszczalny (kukurydziany), kakao o obniżonej zawartości tłuszczu 2%, substancje spulchniające: węglany sodu, węglany amonu; cynamon, aromaty, sól morską. Może zawierać mleko i soję, orzechy .] (Dieta mleko, soja, orzechy- Chrupki kukurydziane 25g</p> |

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

W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z 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 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 5 - Piątek, 2024-04-19 | | | |
|--|--|--|--|
| I śniadanie | II śniad | obiad | podwieczorek |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (Dieta mleko- Kawa inka na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 98% Napój owsiany 89% [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 10.00g tłuszcz i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 4. Pasta z ryby ze szczypiorkiem i ogórkiem kiszonym 27.00g (Ryba) składniki: Dorsz 65%, Ogórek kwaszony 16%, Olej rzepakowy 10%, Szczypiorek 10% 5. Pomidor 15.00g | <ol style="list-style-type: none"> 1. Jabłko 70.00g | <ol style="list-style-type: none"> 1. Krupnik z komosą ryżową bezmleczny z ziemniakami 200.00g składniki: Woda wodociągowa 48%, Ziemniaki średnio 25%, Marchew 13%, Kasza jęczmienna perłowa 5%, Pietruszka korzeń 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Len ziarno S 2%, Cebula 2%, Komosa ryżowa 2%, Pietruszka liście 1% 2. Makaron ze serem, truskawkami i cukrem trzcinowym 183.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty 37% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Makaron bezjajeczny 32% , Truskawki 28%, Cukier trzcinowy nierafinowany 3% (Dieta mleko: Makaron z truskawkami i tofu 170.00g składniki: Truskawki 45%, Tofu naturalne 15% , Makaron bezjajeczny 38%, 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% | <ol style="list-style-type: none"> 1. Bułka drożdżowa 40.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól] (Dieta mleko/jajka- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]) 2. Masło 82% tłuszczu 8.00g (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 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, 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 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 6 - Poniedziałek, 2024-04-22 | | | |
|---|--|---|---|
| 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% Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże]</p> <p>2. Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą)(Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>3. Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże]</p> <p>4. Hummus 20.00g składniki: Ciecierzycza 73% , Sezam 13%, Czosnek 7%, Oliwa z oliwek 7%</p> <p>5. Jaja gotowane 12.50g składniki: Jaja kurze całe 100% (Dieta jajka- Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morska, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> <p>6. Pomidor 30.00g</p> <p>7. Herbatka czarna 150.00g składniki: Woda wodociągowa 98%, Herbata czarna 2%</p> | <p>1. Jabłko 65.00g</p> <p>2. Chrupki kukurydziane 5.00g</p> | <p>1. Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych na mięsie z ryżem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemiaki średnio 28%, Ogórek kwaszony 20%, Woda wodociągowa 24%, Marchew 13%, udziec z indyk 9%, Śmietana 18% tl 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: Ziemiaki 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%</p> <p>2. Naleśniki z serem twarogowym i truskawkami 105.00g składniki: Twaróg wiejski półtłusty 38%, Mąka pszenna 29%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 19%, Truskawki mrożone 5%, Jaja kurze całe 5%, Cukier 3%, Olej rzepakowy uniwersalny 2% (Dieta mleko/jaja :</p> <p>1. Potrawka z fileta z indyka bezmleczna +mix warzyw 100.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 38%, Brokuły mrożone 15%, Kalafior 15%, Fasola szparagowa 10%, Woda wodociągowa 8%, Groszek zielony 5%, Dynia 5%, Len mielony 2%, Mąka pszenna 2%</p> <p>2. Kasza bulgur z olejem 21.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Kasza bulgur 90%, Olej rzepakowy 10%</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. Kisiel malinowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 44%, Maliny 33%, Skrobia ziemniaczana 10%, cukier 3%</p> <p>2. Wafle zbożowo-ryżowe 4.00g [składniki: mąka pszenna, mąka ryżowa, olej rzepakowy, sól morska]</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 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 7 - Wtorek, 2024-04-23 | | | |
|---|--|---|--|
| I śniadanie | II śniad | obiad | podwieczorek |
| <ol style="list-style-type: none"> Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 99%, Kakao naturalne o obniżowej zaw. tłuszczu 1% Dieta mleko- Kakao naturalne na napoju owsianym bez cukru 153.00g składniki: Napój owsiany organic Sante 98% [składniki: woda, owies* (14%).], Kakao naturalne o obniżowej zaw. tłuszczu 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]) Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecycyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) Twarożek z orzechami 30.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty 96% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Orzechy nerkowca 4% (Dieta mleko- Ser żółty wegański 25.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-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.] | <ol style="list-style-type: none"> Banan 45.00g Gruszka 25.00g | <ol style="list-style-type: none"> 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% 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% Buraczki z cytryną 41.00g składniki: Burak 99%, Cytryna 1% Kasza jęczmienna wiejska 40.00g | <ol style="list-style-type: none"> Mus jabłkowo-brzoskwiniowy 120.00g składniki: Jabłko 81%, Brzoskwinia w syropie 19% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy] 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, soja, orzechy- 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 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 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 9 - Środa, 2024-04-24 | | | |
|--|---|--|--|
| I śniadanie | II śniadanie | 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 morską], Płatki owsiane 6% [składniki:], Brzoskwinia w syropie 6% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy]</p> <p>2. Chleb żytni razowy 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka razowa żytnia, zakwas żytni, sól, drożdże]</p> <p>3. Kiełbaska swojska 20.00g (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, glukoza, cukier, czosnek, gałka muskatołowa)</p> <p>4. Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>5. Ogórek kwaszony 15.00g</p> <p>6. Herbata roibos 150.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata roibos 1%</p> | <p>1. Jabłko 70.00g</p> <p>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, jaja, orzechy: chrupki kukurydziane 8.00g)</p> | <p>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%)</p> <p>2. 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% (Dieta jajka- Dorsz pieczony 50.00g)</p> <p>3. Marchew z groszkiem oprószana 58.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Marchew z groszkiem mrożona 94%, Mąka pszenna 5%, Olej rzepakowy 2%</p> <p>4. Ziemniaki 70.00g</p> | <p>1. Koktajl jogurtowy z pieczonym jabłkiem i miodem 150.00g składniki: Jogurt naturalny typ grecki 83%, Jabłko 13%, Płatki owsiane 2% [składniki:], Miód pszczeni 2% (Dieta mleko – Deser na napoju owsianym z pieczonym 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]</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, 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 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 10 - Czwartek, 2024-04-25 | | | |
|---|---|--|--|
| I śniadanie | II śniad | obiad | podwieczorek |
| <p>1. Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (Dieta mleko- Kawa 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%)</p> <p>2. Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże]</p> <p>3. Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Jajecznica 53.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze 94%, Masło unikat extra 6% (Dieta mleko/jaja – Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> <p>5. Pomidor 30.00g</p> | <p>Sok z gumijagód 150.00g składniki: Woda wodociągowa 67%, Jabłko 21%, Czarne jagody mrożone 12%</p> | <p>1. Zupa krem z dyni z grzankami 200.00g składniki: Dynia 40%, Woda wodociągowa 25%, Marchew 13%, Baton pszenny 10% [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy], Mleczko kokosowe RW 3% [składniki: ekstrakt kokosowy* 85%, woda (*certyfikowany składnik ekologiczny)], Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony RW 1%</p> <p>2. Pulpety mięsne gotowane w sosie naturalnym 60.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 73%, Jaja kurze całe 13%, Mąka pszenna 5%, Bułki wrocławskie 7%, Cebula 5%, Czosnek 2% (Dieta jajka– Wieprzowina. gotowana bezmleczna 46.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 87%, Len mielony 9%, Olej rzepakowy 4%</p> <p>3. Surówka z ogórków kiszonych z oliwą z oliwek 43.00g składniki: Ogórek kwaszony 90%, Oliwa z oliwek 6%, Cebula 4%</p> <p>4. Ziemniaki 70.00g</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 pszczoły 2%, Cynamon 1% (Dieta mleko – 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 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 15.04-26.04.24r.

| Dzień: 10 - Piątek, 2024-04-26 | | | |
|---|---|--|--|
| I śniadanie | II śniad | obiad | podwieczorek |
| <p>1. Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (Dieta mleko- Kawa 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%)</p> <p>2. Baton pszenny 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>3. Masło 82% tłuszczu 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Gouda ser żółty 20.00g [składniki: mleko (bez stosowania GMO), sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia] (Dieta mleko- Ser żółty wegański 20.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> <p>5. Pomidor z oliwą z oliwek 25.00g</p> <p>6. Sałata 5.00g</p> | <p>1. Banan 35.00g</p> <p>2. Gruszka 35.00g</p> | <p>1. Barszcz z boćwiną na naturalnym zakwasie ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 27%, Marchew 13%, Burak 10%, 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 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%)</p> <p>2. Ryż z jabłkiem cynamonem, masłem orzechowym- polany jogurtem naturalnym 158.00g (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 158.00g (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%</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. Bułka drożdżowa 40.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól] (Dieta mleko/jajka- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy])</p> <p>2. Masło 82% tłuszczu 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>3. Dżem truskawkowy/wiśniowy 100% 8.00g [składniki: Truskawki/ wiśnie (100 g produktu), cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca - pektyny.]</p> |

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

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy 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.)