

Jadłospis 20.01-31.01.25r.

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2025-01-20			
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 z cukrem 150.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Herbata czarna 2%, cukier 2%</p>	<p>1. Jabłko 70.00g (Dieta jabłko- Banan 70.00g</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. Spaghetti a' la bolognese na mięsie 163.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 33%, Makaron bezglutenowy świderki 22%, Marchew 17%, Passata 17% [składniki: pomidory, sól], Pietruszka korzeń 3%, Seler korzeniowy 3%, Olej rzepakowy uniwersalny 3%, Len ziarno 2%</p> <p>3. Kompot z owoców mieszanych 150.00g składniki: Woda wodociągowa 73%, Mieszanka kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13% (Dieta jabłko, truskawka- Kompot gruszkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, gruszka 20%)</p>	<p>1. Banan 145.00g (Dieta banan- Gruszka 130.00g</p> <p>2. Ciasteczka zbożowe kakaowe 50.00g [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, kakao- 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 SIARKI SIARCZYNY. ALERGENY OZNACZONO ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY. SZCZEGÓLOWY 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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 2 - Wtorek, 2025-01-21			
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 tłuszczu 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 z oliwą z oliwek 27.00g</p> <p>6. Sałata 5.00g</p> <p>7. Herbatka czarna z cukrem 150.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Herbata czarna 2%, cukier 2%</p>	<p>1. Banan 70.00g (Dieta banan – gruszka 70.00g</p>	<p>1. 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. Udziec z indyka duszony 53.00g składniki: Udziec z indyka 87%, Len ziarno 9%, Olej rzepakowy 4%)</p> <p>3. Surówka z marchwi + jabłko 40.00g składniki: Marchew 60%, Jabłko 40% (Dieta jabłko – Surówka z marchwi 40.00g składniki: Marchew 100%</p> <p>4. Zielone puree ziemniaczane 75.00g składniki: ziemniaki 85%, zielony groszek mrożony 15%</p>	<p>1. Kasza manna z miodem 150.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 84%, Kasza manna 14%, Miód pszczeli 2% (Dieta mleko – Kasza manna z miodem na napoju owsianym 150.00g składniki: Napój owsiany organic 84% [składniki: woda, owies* (14%).], Kasza manna 14%, Miód pszczeli 2%</p> <p>2. Jabłko 150.00g (Dieta jabłko – Gruszka 150.00g</p>

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

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy 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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 3 - Środa, 2025-01-22			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<p>1. Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (<u>Dieta mleko-</u> Kawa inka na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 98% Napój owsiany 89% [składniki: woda, owies* (17%), 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)(<u>Dieta mleko-</u> 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. Kiełbaska swojska 20.00g (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, glukoza, cukier, czosnek, gałka muszkatołowa)</p> <p>5. Ogórek zielony z rzodkiewką i oliwą z oliwek 30.00g</p>	<p>1.Gruszka 25.00g</p> <p>2. Banan 45.00g (<u>Dieta banan,</u> <u>gruszka-</u> jabłko 70.00g</p>	<p>1. Zupa jarzynowa na mięsie z ziemniakami 200.00g składniki: Woda wodociągowa 42%, Mieszanka warzyw 9 składnikowa RW 20% [składniki: ziemniaki, groch zielony, fasola szparagowa, marchew, kapusta biała, seler, pietruszka, por, natka pietruszki], Marchew 13%, Mięso udziec z indyka bk/bs 9%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Ziemniaki 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony RW 1% (<u>Dieta mleko – Zupa jarzynowa bezmleczna na mięsie z ziemniakami 200.00g</u> składniki: Woda wodociągowa 47%, Mieszanka warzyw 9 składnikowa 20% [składniki: ziemniaki, groch zielony, fasola szparagowa, marchew, kapusta biała, seler, pietruszka, por, natka pietruszki], Marchew 13%, Mięso udziec z indyka bk/bs 9%, Ziemniaki 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1%</p> <p>2. Makaron z serem, cukrem trzcinowym i truskawkami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Makaron bezjajeczny 50 %, Ser Twarogowy 25 %, Truskawki 22%, Cukier trzcinowy nierafinowany 3%, (<u>Dieta mleko, truskawki – Makaron z tofu, jagodami i cukrem trzcinowym 195.00g</u> składniki: Tofu naturalne 37% [składniki: woda, ziarna soi, koagulator], Jagody 34%, Makaron bezjajeczny pełnoziarnisty 26% [składniki: może zawierać soję], Cukier trzcinowy nierafinowany 3%</p>	<p>Ciasto szpinakowe 75.00g składniki: Szpinak mrożony 29%, Mąka pszenna 29%, Jaja kurze całe 16%, Olej rzepakowy uniwersalny 14%, Cukier 13%, Proszek do pieczenia 1%(<u>Dieta jaja. :</u></p> <p>1. Baton pszenny 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>2. Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>3. Dżem 100% truskawkowy/brzoskwiniowy 15.00g</p>

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

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ KULINARNYCH ORAZ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH DOSTĘPNY U DIETETYKA

Woda mineralna dostępna jest przez cały czas w ciągu dnia. Napojów nie słodzimy ani nie solimy. Przygotowujemy 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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 4 - Czwartek, 2025-01-23			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<p>1. Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru rw 152.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 99%, Kakao naturalne o obniżowej zaw. tłuszczu (Dieta mleko-Kakao na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kakao naturalne o obniżowej zaw. tłuszczu (Dieta kakao- 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%)</p> <p>2. Rogalik 25.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne) [składniki: mąka pszenna, cukier, margaryna (sól, olej rzepakowy 70%), drożdże, sól, kwas askorbinowy]Może zawierać jajka, mleko (Dieta mleko, jajka Weka pszenna 35.00g[składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy]</p> <p>3. Masło 82%tłuszczu 6.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten)</p> <p>4. Twarożek z brzoskwinią 30.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty 84% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Brzoskwinia w syropie 17% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy], (Dieta mleko- 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].</p>	<p>1. Napój gruszkowo-jabłkowy (gruszka, jabłko, woda wodociągowa) 150.00 (Dieta jablko, gruszka – banan 70.00g</p>	<p>1. Zupa pomidorowa na mięsie z makaronem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 39%, Passata 18% [składniki: pomidory, sól], Marchew 15%, Makaron bezjajeczny 8% , Mięso udziec z indyka bk/bs 9%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1% (Dieta mleko – Zupa pomidorowa bezmleczna na mięsie z makaronem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 39%, Passata 18% [składniki: pomidory, sól], Marchew 15%, Mięso udziec z indyka bk/bs 9%, Makaron bezjajeczny 4%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1%</p> <p>2. Gulasz mięsny 53.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Udziec z indyka 75%, Woda wodociągowa 19%, Mąka pszenna 6%</p> <p>3. Sałatka wiosenna 56.00g składniki: Ogórek 89%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Ocet jabłkowym 6% 4%, Koper ogrodowy 2%, Szczypiorek 2%</p> <p>4. Kasza jęczmienna 40.00g</p>	<p>1. Kisiel malinowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 44%, Maliny 33%, Skrobia ziemniaczana 10%, cukier 3%</p> <p>2. Biszkopty 10.00g składniki: mąka pszenna, jajka, cukier (Dieta jajka – Wafle ryżowe 11.00g [składniki: mąka pszenna, mąka ryżowa, olej rzepakowy, sól morską]</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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 5 - Piątek, 2025-01-24			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% (Dieta mleko- Kawa inka na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 98% Napój owsiany 89% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morska], Kawa INKA 2%) Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże] Masło 82% tłuszczu 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 10.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) Pasta z tuńczyka ze serkiem 20.00g składniki: Tuńczyk 50% [składniki: tuńczyk, woda, sól], Twarożek naturalny 45% [składniki: Śmietanka, kultury bakterii fermentacji mlekowej.], Szcypiorek 5% (Dieta mleko- Pasta z tuńczyka z serkiem wegańskim 20.00g składniki: Tuńczyk 50% [składniki: tuńczyk, woda, sól], Twarożek wegański 45% [składniki: woda, olej kokosowy (24%), skrobia, zmielone nasiona słonecznika, sól morska, zagęszczacz: celuloza, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: b-karoten, witamina b12] Szcypiorek 5% Szynka 100% mięsa 5.00g składniki: sól, ekstrakty owoców i przypraw, naturalny aromat, suszony ocet winny. Pomidor z oliwą z oliwek 27.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Jabłko 70.00g Dieta jablko. – gruszka 70.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa krem z dyni z grzankami 200.00g składniki: Dynia 40%, Woda wodociągowa 28%, 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 mielony RW 1% Mięso w sosie własnym + mix warzyw 116.00g 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% Kasza bulgur 40.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Deser jogurtowy z jagodami i płatkami owsianymi 150.00g składniki: Jogurt naturalny typ grecki 77%, Jagody 17%, Płatki owsiane 6% (Dieta mleko : Deser na napoju owsianym z jagodami i płatkami owsianymi 150.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany organic Sante 75% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morska], jagody 20% Cukier trzcinowy nierafinowany 2%, Płatki owsiane 2% [składniki: może zawierać nasiona sezamu] Cukier waniliowy 1% [składniki: cukier, wanilia w proszku 10%, naturalny ekstrakt wanilii 1%. Może zawierać gluten i mleko.]

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. Przygotowujemy 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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2025-01-27			
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 tłuszcz 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: Ciecierzycy 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 morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.]</p> <p>6. Ogórek zielony z rzodkiewką 30.00g</p> <p>7. Herbatka czarna z cukrem 150.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Herbatka czarna 2%, cukier 2%</p>	<p>1. Jabłko 65.00g (Dieta jablko- Banan 70.00g</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: Ziemniaki średnio 28%, Ogórek kwaszony 20%, Woda wodociągowa 24%, Marchew 13%, udziec z indyk 9%, Śmietana 18% tł 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%</p> <p>2. Kaszotto 102.50g składniki: Woda wodociągowa 56%, Kasza bulgur 10%, Marchew z groszkiem mrożona 8%, Brokuły mrożone 8%, Fasolka szparagowa mrożona 8%, Cebula 3%, Mąka pszenna 3%, Czosnek 1%, Oliwa z oliwek 1%, Bazylia suszona 0%, Oregano suszone 0%, Pieprz czarny MIELONY 0%</p> <p>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% (Dieta jablko, truskawka- Kompot gruszkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, gruszka 20%)</p>	<p>1. Ciasto bananowe 57.60g składniki: Banan 26%, Mąka pszenna 24%, Jaja kurze całe 24%, Olej rzepakowy uniwersalny 17%, Cukier 7%, Cynamon mielony 1%, Proszek do pieczenia S 0%, Soda oczyszczona 0% (Dieta jajka, banan-</p> <p>1. Mus 100% owocowy jabłko 100.00g</p> <p>2. 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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 7 - Wtorek, 2025-01-28			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<p>1. 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% (Dieta kakao- 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%)</p> <p>2. 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])</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. Twarożek z brzoskwinia 30.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty 84% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych], Brzoskwinia w syropie 17% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy], (Dieta mleko- 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].</p>	<p>1. Sok świeżo tłoczony - multiwitamina własny wyrób (jabłko, marchew, pomarańcza) 75.00g (Dieta cytrus, jablko- gruszka 70.00g)</p> <p>2. Woda źródlana żywiec zdroj75.00g</p>	<p>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%</p> <p>2. Gulasz mięsny 53.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina szynka surowa 75%, Mąka pszenna 7%</p> <p>3. Buraczki z cytryną 41.00g składniki: Burak 99%, Cytryna 1% (Dieta cytrus- Buraczki 41.00g składniki: Burak 100%)</p> <p>4. Kasza jęczmienna wiejska 40.00g</p>	<p>1. Deser z brzoskwiniami z jogurtem, płatkami owsianymi i cynamonem (Zboża zawierające gluten) 150.00g składniki: Jogurt naturalny typ grecki 82%, Brzoskwinia 13%, Płatki owsiane 3%, Cukier 2%, (Dieta mleko – Deser z brzoskwinia na napoju owsianym z płatkami owsianymi i cynamonem 150.00g (Zboża zawierające gluten)) składniki: Napój owsiany organic 76% [składniki: woda, owies* (14%).],brzoskwinia 20%,cukier 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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 8 - Środa, 2025-01-29			
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 żytni razowy 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka razowa żytnia, zakwas żytni, sól, drożdże]</p> <p>3. Pasta mięsno-warzywna 27.00g składniki: udziec z indyka 56%, Marchew 19%, Pietruszka korzeń 11%, Oliwa z oliwek 7%, Cebula 7%</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 20.00g</p>	<p>1. Banan 70.00g (Dieta banan- gruszka 70.00g)</p>	<p>1. Zupa krem z białych warzyw z makaronem 200.00g składniki: Woda wodociągowa 36%, Kalafior 28%, Ziemniaki średnio 10%, Makaron bezjajeczny 8%, Seler korzeniowy 4%, Pietruszka korzeń 3%, Por 3%, Cebula 2%, Oliwa z oliwek 2%, Czosnek 1%, Imbir mielony 1%, Gałka muszkatołowa 1%, Pieprz biały mielony 1%</p> <p>2. Ryba po grecku 113.00g (Ryba, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Jaja i produkty pochodne) składniki: Dorsz 49%, Jaja kurze całe 11%, Marchew 22%, Passata 18%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 3%, Zielony groszek 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Len 2% (Dieta jajka – Ryba pieczona w sosie greckim 105.00g(Ryba, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Dorsz 55%, Marchew 22%, Passata 18%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 3%, Zielony groszek 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Len 2%</p> <p>3. Ryż naturalny z olejem 40.00g</p>	<p>1. Mus jabłkowo-brzoskwiniowy 120.00g składniki: Jabłko 81%, Banan 19% (Dieta jabłko- Mus brzoskwiniowy 120.00g składniki: Brzoskwinia 100%</p> <p>2. Ciasteczka zbożowe jagodowe 25.00g [składniki: mąka pszenna, żytnia i jęczmienna, płatki pełnoziarniste: owsiane i orkiszowe), maltitol, olej słonecznikowy, (owoce: puree jabłkowe, sok jabłkowy, puree z jagody 29%, sok z granatu, sok z jagody 3%, pektyny, serwatka w proszku (z mleka), węglan sodu i amonu. Może zawierać soję i orzechy.] (Dieta mleko: Chrupki kukurydziane 25.00g)</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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 9 - Czwartek, 2025-01-30			
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 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 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. Parówki 33.00g [składniki: mięso z indyka 94%, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza. 5. Pomidor z oliwą z oliwek 30.00g 6. Sałata 5.00g 	<p>Jabłko 70.00g (Dieta jabłko- gruszka 70.00g</p>	<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. Filet z indyka duszony 53.00g składniki: Filet z indyka 87%, Len ziarno 9%, Olej rzepakowy 4%) 3. Surówka z ogórków kiszonych z oliwą z oliwek 43.00g składniki: Ogórek kwaszony 90%, Oliwa z oliwek 6%, Cebula 4% 4. Ziemniaki 75.00g 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Banan 140.00g (Dieta banan- Gruszka 130.00g

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedzszkole.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. Przygotowujemy 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 20.01-31.01.25r.

Dzień: 10 - Piątek, 2025-01-31			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
<p>1. Zupa mleczna z makaronem 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Makaron bezjajeczny 5% [składniki: może zawierać soję] (Dieta mleko- Zupa na napoju owsianym z makaronem 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: : Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Makaron bezjajeczny 5% [składniki: może zawierać soję]</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 30.00g</p> <p>6. Sałata 5.00g</p> <p>7. Herbatka czarna z cukrem 150.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Herbatka czarna 2%, cukier 2%</p>	<p>1. Banan 35.00g</p> <p>2. Gruszka 35.00g (Dieta banan, gruszka- jabłko 70.00g)</p>	<p>1. Barszcz na naturalnym zakwasie z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 16%, Marchew 13%, Buraki 15%, Zakwas z buraka naturalny 5% [składniki: burak, woda, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól], Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 5%, Seler korzeniowy 2%, Pietruszka korzeń 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1% (Dieta mleko - Barszcz czerwony 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 uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%</p> <p>2. Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem- polany jogurtem naturalnym 155.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Jabłko 58%, Jogurt naturalny 22%, Ryż naturalny 17%, Cynamon mielony 1% Dieta mleko, jabłka: 1. Mięso w sosie własnym + mix warzyw 116.00g 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>2. Kasza bulgur 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% (Dieta jabłko, truskawka- Kompot gruszkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, gruszka 20%)</p>	<p>1. Bułka drożdżowa 50.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól] Może zawierać mleko (Dieta mleko/jajka- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy])</p> <p>2. Masło 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/brzoskwiniowy 100% 8.00g [składniki: Truskawki/ brzoskwinie (100 g truskawek/ brzoskwinie na 100 g produktu), cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca - pektyny.]</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. Przygotowujemy 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.)