

Jadłospis 31.03-11.04.25r.

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2025-03-31			
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 (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%) 2. Chleb pszenno-żytni 35.00g [składniki: mąka pszena, mąka żytnia, sól, drożdże] 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 z jajka i twarogu 30.00 składniki: jajko 80%, twaróg naturalny 20% (<u>Dieta mleko, jajko</u>- Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.] 5. Ogórek zielony 30.00g	1. Banan 35.00g 2. Jabłko 35.00g	1. Zupa brokułowa z ryżem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 35%, Brokuły 28%, Marchew 15%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%, Ryż 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (<u>Dieta mleko</u> – Zupa brokułowa bezmleczna z ryżem 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 42%, Brokuły 28%, Marchew 15%, Ryż biały 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len ziarno 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1% 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</u> – Makaron z tofu, truskawkami i cukrem trzcinowym 195.00g 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%, Mieszanina kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13% (<u>Dieta jabłko</u>- Kompot gruszkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, gruszka 20%)	1. Koktajl jogurtowy z bananem 150.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Jogurt naturalny typ grecki 78%, Banan 20%, Cukier trzcinowy nierafinowany 2% (<u>Dieta mleko</u> :Koktajl na napoju owsianym z bananem 150.00g (Nasiona sezamu i produkty pochodne) składniki: Napój owsiany z wapniem organic 80% [składniki: Woda, owies* (11%), cukier trzcinowy*, glony Lithothamnium Calcareum, sól morską, algi Chondrus Crispus.], Banan 20%, (<u>Dieta mleko, banan</u> : Koktajl na napoju owsianym z gruszką 150.00g 2. Wafle ryżowo-kukurydziane naturalne 11.00g [składniki: kukurydza 89,4%(gryś kukurydziany, ziarno kukurydzy), ryż biały, sól himalajska.]

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.
W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE
WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI
ZIEMNE/ARACHIDOWE, ORZECHY (MIGDAŁ, ORZECH 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, twarogiki, mięsa do śniadań, soki, ciasta, koktajle itp.)

Jadłospis 31.03-11.04.25r.

Dzień: 2 - Wtorek, 2025-04-01			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
Zupa mleczna z płatkami żytnimi 190.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 95%, Płatki żytnie 5% (<u>Dieta mleko</u>- Zupa na napoju owsianym z płatkami żytnimi 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 95% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], płatki żytnie 5%) - Chleb graham 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka graham pszenna sól, cukier, drożdże] 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) - Parówki 33.00g [składniki: mięso z indyka 94%, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza, woda] - Ogórek kiszony 20.00g - Herbatka lipowa z cukrem 150.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Herbata lipowa 2%, cukier 2%	- Jabłko 35.00g - Gruszka 35.00g	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 bezglutenowy 8% , Wieprzowina szynka surowa 9%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1% (<u>Dieta mleko</u> – 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 bezglutenowy 4%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Len mielony 1%, Pietruszka liście 1% - Filet z indyka duszony bezmleczny 46.00g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 87%, Len mielony 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 4% - Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 52.00g składniki: Fasolka 98%, Oliwa z oliwek% - Ziemniaki 75.00g	Ciasto marchewkowe 60.00g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Marchew 26%, Mąka pszenna 23%, Jaja kurze całe 23%, Olej rzepakowy 17%, Cukier 10%, Cynamon mielony 1%, Proszek do pieczenia 0%, Soda oczyszczona 0% (<u>Dieta jaja:</u> - Baton pszenny 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] - 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) - Dżem 100% truskawkowy/ brzoskwiński 15.00g - Lemoniada 150.00g składniki: Woda źródłana ŻYWIEC ZDRÓJ 87%, Pomarańcza 7%, Cytryna 3%, Miód pszczoły 2%, Mięta świeża 1%

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 31.03-11.04.25r.

Dzień: 3 - Środa, 2025-04-02			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczerek
Kasza manna na mleku z brzoskwinia 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 68%, Brzoskwinia w syropie 19% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy], Kasza manna 13% (Dieta mleko- Kasza manna na napoju owsianym z brzoskwinia 190.00g składniki: Napój owsiany organic Sante RW 68% [składniki: woda, owies* (14%).], Kasza manna 13%, Brzoskwinia w syropie 19% [składniki: brzoskwinie połówki, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy]) - Chleb mieszany z pokrzywą 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, suchy kwas żytni, gluten pszenny, glukoza, sól morską, kwas askorbinowy, suszone liście pokrzywy, drożdże] Masło unikat extra 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 7.00g tłuszcze i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) - Pasta z fileta z indyka z warzywami 27.00g składniki: filet z indyka 56%, Marchew 19%, Pietruszka korzeń 11%, Oliwa z oliwek 7%, Cebula 7% - Ogórek kiszony 20.00g - Herbatka czarna z cukrem 150.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Herbatka czarna 2%, cukier 2%	Sok z gumijagód 150.00g (woda wodociągowa 70%, jabłka 30%, jagody 10%) (Dieta jabłko – Banan 70.00g	Zupa jarzynowa na mięsie z kaszą manną 200.00g składniki: Woda wodociągowa 42%, Mieszaneczka 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%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Kasza manna 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony RW 1% (Dieta mleko – Zupa jarzynowa bezmleczna na mięsie z kaszą manną 200.00g składniki: Woda wodociągowa 47%, Mieszaneczka 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%, Kasza manna 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% 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%Może zawierać mleko (Dieta mleko, jajka – Filet z kurczaka z warzywami 105.00g(Ryba, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Filet z kurczaka 55%, Marchew 32%, Pietruszka korzeń 12%, Seler korzeniowy 3%, Zielony groszek 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Len 2% - Ryż naturalny z olejem 40.00g	Bulka 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] Masło 82% tłuszczu 8.00g (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) Dżem 100% truskawkowy/ brzoskwiniowy 10.00g

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, nieleżących po stronie Żłobka jadłospis może ulec zmianie, aktualizacja zawsze na stronie www.eprzedszkole.com.pl.
W NAWIASACH PODANO PRODUKTY LUB POTRAWY ZAMIENNE DLA DZIECI Z ALERGIA NA BIAŁKO MLEKA KROWIEGO, BIAŁKO JAJA ORAZ DIETY ELIMINACYJNE
WYKAZ WSZYSTKICH ALERGENÓW STOSOWANYCH W ZAKŁADZIE: ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, SOJA, MLEKO, SKORUPIEKI, JAJA, RYBY, ORZESZKI ZIEMNE/ARACHIDOWE, 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 31.03-11.04.25r.

Dzień: 4 - Czwartek, 2025-04-03

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
1. Kakao naturalne na mleku 3,2% bez cukru 153.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 99%, Kakao naturalne o obniżowej zaw. tłuszczu 1% <u>Dieta mleko-</u> 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% (<u>Dieta kakao-</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%) 2. Bułka drożdżowa 50.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól]Może zawierać mleko <u>Dieta mleko, jajka-</u> Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] 3. Masło unikat extra 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (<u>Dieta mleko-</u> 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. Twarożek z miodem 30.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty 97% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych],mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych] Miód 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]	1. Gruszka 70.00g (<u>Dieta gruszka:</u> Jabłko 70.00g	1. Zupa krem z białych warzyw z grzankami 200.00g składniki: Woda wodociągowa 36%, Kalafior 25%, Ziemniaki średnio 10%, Baton pszenny 8% [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy],Seler korzeniowy 4%, Pietruszka korzeń 3%, Por 3%, Ciecierzycy w puszcze 3%, Cebula 2%, Oliwa z oliwek 2%, Czosnek 1%, Imbir mielony 1%, Gałka muszkatołowa 1%, Pieprz biały mielony 1% 2. Pieczeń rzymska 67.00g (Jaja i produkty pochodne) składniki: Wieprzowina szynka surowa 74%, Jaja kurze całe 11%, Bułka pszenna 7% [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz: kwas askorbinowy], Cebula 6%, Czosnek 1%, Pieprz czarny MIELONY 0,1% [składniki: Może zawierać gluten, jaja, soję, mleko i produkty pochodne oraz seler i gorczyce](<u>Dieta jajka-</u> Wieprzowina. gotowana bezmleczna 53.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 87%, Len ziarno 9%, Olej rzepakowy 4% 3. Sos naturalny 20.00g składniki: Woda wodociągowa 70%, Olej rzepakowy uniwersalny 20%, Len mielony 10% 4. Surówka z ogórków kiszonych z oliwą z oliwek 43.00g składniki: Ogórek kwaszony 90%, Oliwa z oliwek 6%, Cebula 4% 5. Ziemniaki 75.00g	1. Mus jabłkowo-brzoskwiniowy 120.00g składniki: Jabłko 81%, Brzoskwinia 19%(<u>Dieta jablko-</u> Mus brzoskwiniowy 120.00g składniki: Brzoskwinia 100%) 2. Chrupki kukurydziane bananowe 25.00g [składniki: Kasza kukurydziana 73%,nierafinowany cukier trzcinowy,olej słonecznikowy,puree bananowe 3%,sól morską,aromat naturalny, emulgator:lecytyna słonecznikowa. może zawierać gluten, soję, mleko i orzechy](<u>Dieta banan</u> – 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 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 31.03-11.04.25r.

Dzień: 5 - Piątek, 2025-04-04			
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 Sante 98% [składniki: woda, owies* (14%), migdał* (3%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%) 2. Chleb żytni razowy 35.00g][składniki: mąka pszenna, mąka razowa żytnia, zakwas żytni, sól, drożdże] 3. Masło unikat extra 7.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (<u>Dieta mleko</u>- Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 4. Jajecznica 53.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze całe 94%, Masło 6% (<u>Dieta mleko</u>- Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.] 5. Pomidor ze szczypiorkiem 30.00g 6. Sałata 5.00g	1. Sok świeżo tłoczony - multiwitamina własny wyrób (jabłko, marchew, pomarańcza) 75.00g (<u>Dieta cytrus</u>- sok jabłkowy 70.00g) 2. Woda źródlana żywiec zdroj75.00g	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%(<u>Dieta mleko</u> - 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% 2. Ryż z truskawkami i cukrem trzcinowym- polany jogurtem naturalnym 177.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Truskawki 58%, Jogurt naturalny 22%, Ryż biały 18%, Cukier trzcinowy 2% <u>Dieta mleko</u>: Ryż z truskawkami i cukrem trzcinowym- polany napojem owsianym 177.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Truskawki 58%, Napój owsiany 22% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Ryż biały 18%, Cukier trzcinowy 2%	1. Banan 120.00g (<u>Dieta banan</u> – Gruszka 120.00g

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 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 31.03-11.04.25r.

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2025-04-07			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczorek
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] - Chleb mieszany z pokrzywą 35.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, suchy kwas żytni, gluten pszenny, glukoza, sól morską, kwas askorbinowy, suszone liście pokrzywy, drożdże] 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) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 30.00g składniki: Twaróg wiejski tłusty 73% [składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych],mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych] 13%, Rzodkiew biała 7%, Szczypiorek 7% (Dieta mleko- Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.] - Ogórek zielony 25.00g - Papryka 5.00g - Herbatka czarna z cukrem 150.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Herbata czarna 2%, cukier 2%	- Banan 35.00g - Jabłko 35.00g	Zupa jarzynowa z kaszą manną 200.00g składniki: Woda wodociągowa 51%, Mieszaneczka warzyw 9 składnikowa RW 20% [składniki: ziemniaki, groch zielony, fasola szparagowa, marchew, kapusta biała, seler, pietruszka, por, natka pietruszki], Marchew 13%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Kasza manna 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony RW 1% (Dieta mleko – Zupa jarzynowa bezmleczna z kaszą manną 200.00g składniki: Woda wodociągowa 56%, Mieszaneczka warzyw 9 składnikowa 20% [składniki: ziemniaki, groch zielony, fasola szparagowa, marchew, kapusta biała, seler, pietruszka, por, natka pietruszki], Marchew 13%, Kasza manna 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% 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 5%, Seler korzeniowy 5%, Zielony groszek 4%, Olej rzepakowy 2%, Len ziarno 2% - Kompot z owoców mieszanych 150.00g składniki: Woda wodociągowa 73%, Mieszaneczka kompotowa 7 składnikowa 13% [składniki: śliwki, wiśnie, truskawki, czarna i czerwona porzeczka, agrest, aronia. może zawierać seler], Jabłko 13% (Dieta jabłko- Kompot gruszkowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, gruszka 20%)	- Kisiel truskawkowo-malinowy 150.00g składniki: Woda wodociągowa 41%, Maliny 33%, Skrobia ziemniaczana 10%, mus malinowy 3%, cukier 3% - Biszkopty 10.00g składniki: mąka pszenna, jajka, cukier (Dieta jajka – Wafle ryżowe 11.00g [składniki: mąka pszenna, mąka ryżowa, olej rzepakowy, sól morską]

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 31.03-11.04.25r.

Dzień: 7 - Wtorek, 2025-04-08			
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 organic Sante 98% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2%) 2. Chleb z cebulką 40.00g [składniki: mąka pszenna, cebula prażona (0,61%) kwas askorbinowy, sól] 3. Masło unikat extra 8.00g (Mleko, łącznie z laktozą) (Dieta mleko- Masło roślinne 6.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 4. Kiełbaska swojska 20.00g (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, glukoza, cukier, czosnek, gałka muszkatołowa) 5. Ogórek kiszony 20.00g	1. Gruszka 35.00g 2. Banan 35.00g	1. Krupnik z komosą ryżową z ziemniakami 200.00g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 43%, Ziemniaki 25%, Marchew 13%, Kasza jęczmienna perłowa 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Komosa ryżowa 2%, Olej rzepakowy 1%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno 1% 2. Gulasz mięsny 53.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Filet z indyka 75%, Woda wodociągowa 19%, Mąka pszenna 6% 3. Marchew z groszkiem oprószana 58.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Marchew z groszkiem mrożona 94%, Mąka pszenna 5%, Olej rzepakowy 2% 4. Ziemniaki 75.00g	1. Ciasto drożdżowe z jabłkami 90.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Jabłko 39%, Mąka pszenna 22%, Cukier z prawdziwą wanilią 11%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 9%, Jaja kurze całe 8%, Olej rzepakowy 8%, Drożdże świeże 3% (Dieta mleko/jajka: 1. Baton pszenny 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] 2. Masło roślinne 7.00g tłuszczu i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) 3. Dżem 100% truskawkowy/brzoskwiniowy 15.00g 2. Lemoniada 150.00g składniki: Woda źródlana ŻYWIEC ZDRÓJ 87%, Pomarańcza 7%, Cytryna 3%, Miód pszczeli 2%, Mięta świeża 1%

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 31.03-11.04.25r.

Dzień: 8 - Środa, 2025-04-09			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
- Owsianka z truskawkami 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 89%, Płatki owsiane 6%, Truskawki 6% (Dieta mleko- Owsianka na napoju owsianym z truskawkami 190.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: : Napój owsiany 89% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Płatki owsiane 6% [składniki:], Truskawki 6% (Dieta płatki owsiane- Zupa mleczna z truskawkami 190.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 89%, Płatki żytnie 6%, Truskawki 6% - Chleb mieszany z maślaną 35.00g [składniki: mąka pszenna, zakwas żytni, maślanka mleko (6,15%), sól, drożdże] (Dieta mleko- Weka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] - Gouda ser żółty 10.00g [składniki: mleko (bez stosowania GMO), sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia] (Dieta mleko- Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.] - Szynka 100% mięsa 8.00g składniki: sól, ekstrakty owoców i przypraw, naturalny aromat, suszony ocet winny. 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) - Pomidor ze szczypiorkiem 30.00g - Herbatka malinowa z cukrem 150.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Herbatka malinowa 2%, cukier 2%	Jabłko 70.00g(Dieta jabłko – Gruszka 70.00g	Zupa koperkowa z makaronem 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Woda wodociągowa 49%, Marchew 15%, Makaron bezglutenowy 8%, Koper ogrodowy 8%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 4%, Seler korzeniowy 4%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len ziarno 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%) Pulpety mięsne gotowane 60.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 73%, Jaja kurze całe 13%, 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% - Surówka z ogórków kiszonych z oliwą z oliwek 43.00g składniki: Ogórek kwaszony 90%, Oliwa z oliwek 6%, Cebula 4% Sos pomidorowy 20.00g składniki: Passata 85% [składniki: pomidory, sól], Mąka pszenna typ 15% - Ziemniaki 70.00g	- Banan 130.00g Ciasteczka zbożowe kakaowe 25.00g [składniki: Mąka pszenna 42,4%, pełnoziarniste płatki owsiane 15%, olej słonecznikowy, daktyl, substancje słodzące: maltitol, 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

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 31.03-11.04.25r.

Dzień: 9 - Czwartek, 2025-04-10			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
Bawarka 152.00g składniki: Woda wodociągowa 50%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 50%, Herbata czarna 0% (Dieta mleko- Bawarka na napoju owsianym 152.00g składniki: Napój owsiany 50% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Woda wodociągowa 50%, Herbata czarna 0%) - Chleb żytni razowy 30.00g [składniki: mąka pszenna, mąka razowa żytnia, zakwas żytni, sól, drożdże] 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) Jajecznica 53.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze całe 94%, Masło 6% (Dieta mleko- Ser żółty wegański 15.00g [składniki: woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, wegańskie aromaty, polifenole, kolor: b-karoten.] - Pomidor z bazylią i oliwą z oliwek 25.00g - Salata 5.00g	- Sok świeżo tłoczony własny wyrób- popay- (jabłko, pomarańcza, szpinak) 75.00g - Woda źródłana żywiec zdroj 75.00g	Żurek z ziemniakami 200.00g (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%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% - Schab pieczony w sosie naturalnym 40.00g składniki: Schab wieprzowy bez kości 65%, woda wodociągowa 10%, Olej rzepakowy 10%, Majeranek suszony 5% Papryka czerwona mielona 5% Czosnek 5% Mizeria na jogurcie naturalnym 50.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Ogórek 78%, Jogurt naturalny typ grecki 22%(Dieta mleko- Sałatka z ogórka z rzodkiewką i olejem rzepakowym 50.00g składniki: Ogórek 83%, Rzodkiewka 12%, Olej rzepakowy 5%) Kasza bulgur 40.00g	Czekoladowy deser z kaszą manną i sosem malinowym 172.00g składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 72%, Kasza manna 12%, Maliny mrożone 12%, Cukier 3%, Kakao 2% (Dieta mleko- Czekoladowy deser z kaszą manną i sosem malinowym 172.00g składniki: Napój owsiany organic 72% [składniki: woda, owies* (14%).], Kasza manna 12%, Maliny mrożone 12%, Kakao 2% (Dieta mleko, kakao- Deser na napoju owsianym z kaszą manną i miodem 172.00g

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 31.03-11.04.25r.

Dzień: 10 - Piątek, 2025-04-11			
I śniadanie	II śniad	obiad	podwieczerek
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 na napoju owsianym 153.00g (Zboża zawierające gluten) składniki: Napój owsiany 98% [składniki: woda, owies* (17%), emulgator: lecytyny (ze słonecznika), sól morską], Kawa INKA 2% - Chleb pszenno-żytni 30.00g [składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, sól, drożdże] Pasta z tuńczyka ze serkiem 20.00g składniki: Tuńczyk 50% [składniki: tuńczyk, woda, sól], Twarożek naturalny 45% [składniki: Śmietanka, kultury bakterii fermentacji mlekowej.], Szczypiorek 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 morską, zagęszczacz: celuloza, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: b-karoten, witamina b12] Szczypiorek 5% - Szynka 100% mięsa 8.00g składniki: sól, ekstrakty owoców i przypraw, naturalny aromat, suszony ocet winny. Masło 82%tłuszczu 6.00g (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) - Pomidor ze szczypiorkiem 30.00g	- Banan 35.00g - Jabłko 35.00g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, ogórek kiszony 20%, Woda wodociągowa 28%, Marchew 13%, Śmietana 18% tłuszczu 5%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1%, Len mielony 1% (Dieta mleko – Zupa ogórkowa bezmleczna z ziemniakami 200.00g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 28%, Woda wodociągowa 29%, Ogórek kiszony 20%, Marchew 13%, Pietruszka korzeń 2%, Seler korzeniowy 2%, Len mielony 2%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pietruszka liście 1% Makaron z jagodami, jogurtem naturalnym i cukrem trzcinowym 207.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Jagody 50%, Makaron bezjajeczny 25%, Jogurt naturalny typ grecki 20%, Cukier trzcinowy nierafinowany 3%, Len ziarno 2% (Dieta mleko – Makaron z jagodami i tofu 192.00g składniki: Jagody 45%, Tofu naturalne 15%, Makaron bezjajeczny 38%, Cukier trzcinowy nierafinowany 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%	Bulka drożdżowa 50.00g [składniki: mąka pszenna, olej, masa jajowa, cukier, drożdże, sól]Może zawierać mleko (Dieta mleko, jajka- Węka pszenna 35.00g [składniki: mąka pszenna, sól, drożdże, polepszacz kwas askorbinowy] Masło unikat extra 8.00g (Dieta mleko- Masło roślinne 8.00g tłuszcze i oleje roślinne woda, preparat bobu, emulgator (lecytyna słonecznikowa), aromaty, witaminy (B1, B2, kwas foliowy, B12, D2), barwnik (beta-karoten) - Dżem truskawkowy/wiśniowy 100% 8.00g [składniki: Truskawki/ wiśnie (100 g truskawek/ wiśni na 100 g produktu),cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca - pektyny.]

W uzasadnionych przypadkach, nieprzewidzianych sytuacjach, 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.)