

JADŁOSPIS na dzień 29.06-03.07.26r.

Data	Śniadanie I i II	Obiad		Podwieczorek
		Zupa	II danie	
29.06.26r. poniedziałek	Zupa mleczna z pł. jaglanymi (mleko 3,2%, pł. jaglane) Pieczywo (zb.zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), szynką wp. i pomidorem Herbata rumiankowa lekko sł. <u>D.b/ml i przetworzona-</u> pł. jaglane na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. rośl.(zaw.śl. masła (mleko) i wędliną Koktajl porzeczkowo- bananowy na jogurcie greckim (poch.mleka) <u>D.b/ml-</u> koktajl porzeczkowo- bananowy na nap. rosl. (soja)	Jarzynowa z kaszką kukurydż. (marchew, pietruszka, seler, fasolka szparagowa, groszek zielony, por, natka pietruszki/koper, kaszka kukurydż., przypr.ziołowe) <u>D.b/selera-</u> bez dod. selera	Kotlet jajeczny (jaja kurze, bułka tarta (zaw.gluten), cebula, olej rzep., koper, przypr.Natur) z ziemniakami puree (ziemniaki, dynia, mleko 3,2%, masło (poch.mleka) Mizeria z ogórka i rzodkiewki z dod. nabiału (jogurt nat., śmietana 18% (poch.mleka) Kompot jabłkowo-miętowy lekko sł. <u>D.b/ml-</u> mizeria b/nabiału <u>D.b/ml i przetworzona-</u> ziemniaki b/dod. nabiału; z dod. oleju <u>D.b/jajka-</u> kotlecik z soczewicy cz (soczewica cz., marchew, bułka tarta, jaja kurze, cebula)	Kawa zbożowa (mleko 3,2%, cukier, kawa zbożowa (zaw.gluten)/mleczko czekoladowe (poch.mleka), chałka (zb.zaw.gluten, może zaw.orzechy, o.ziemne, jaja kurze) z masłem (poch.mleka) i dżemem truskawkowym <u>D.b/ml i przetworzona-</u> kawa zbożowa na nap. rośl. (soja) <u>D.b/ml, b/orzecha, o.ziemnego, gr1-</u> pieczywo z/bez marg. rośl./masłem gr1 (z zmasłem)
Alergeny:	Mleko, gluten, soja,	Seler,	Gluten, mleko, jaja kurze,	Mleko, gluten, soja
30.06.26r. wtorek	Zupa mleczna z pł. owsianymi (mleko 3,2%, pł. owsiane (zaw.gluten)) z dod. kaszki ryż b/ml Pieczywo (zb.zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), pastą z sera żółtego (ser żółty, śmietana 18% (prod.poch.mleka), czosnek, koper, przypr.natur), ogórek Herbata melisa z cytryną lekko sł. <u>D.b/ml i przetworzona-</u> pł. owsiane na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. rośl.(zaw. śl. masła (mleko)) i szynką wp. Melon, jabłko <u>D.b/surowego jabłka-</u> melon	Solferino z ziemniakami (por, marchew, pietruszka, seler, pomidory, konc.pomidorowy, ziemniaki, papryka cz., kalarepa, śmietana 12% (poch.mleka), natka pietruszki, przypr.ziołowe) <u>D.b/selera-</u> bez dod.selera <u>D.b/ml-</u> bez dod. śmietany	Potrawka z kurczaka z makaronem (filet z kurczaka, marchew, pietruszka, cebula, mąka pszenna (zaw.gluten), skrobia ziemn., koper, przypr.do mięsa b/glutaminainu sodu, czosnek, papryka sł.) z makaronem (zaw.gluten) Surówka z cukini, jabłka i kukurydzy z dod. natki pietruszki i oleju Kompot z czerwonej porzeczki z gruszką lekko sł. <u>D.b/pszenicy-</u> sos zagęszcz skrobią ziemn., makaron wł. <u>D.b/surowego jabłka-</u> surówka b/dod. jabłka	Deser śliwkowy z posypką czekoladową (jogurt grecki (poch.mleka), śliwki, cukier, przypr.do piernika, czekolada gorzka (zaw.soję, może zaw. orzechy o.ziemne, gluten, jaja kurze), chrupki kukurydż. <u>D.b/ml-</u> koktajl śliwkowy na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/orzecha, o.ziemnego, b/śl.il.mleka, b/soi-</u> bez dod. czekolady gorzkiej
Alergeny:	Mleko, gluten, soja,	Seler, mleko	Gluten,	Mleko, soja
01.07.26r. środa	Zupa mleczna z pł.ryżowymi (mleko 3,2%, pł. ryżowe) Pieczywo (Zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), jajecznica (jaja kurze, przypr.Natur, olej rzep.) i pomidorem Herbata owocowa lekko sł. <u>D.b/ml i przetworzona-</u> pł. ryżowe na nap. rośl. (soja) <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. rośl. (zaw. śl. masła (mleko) i jajecznica <u>D.b/jajka-</u> pieczywo z pastą z soczewicy cz. Banan	Krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiowym (cukinia, szpinak, brokuł, pietruszka, seler, ziemniaki, natka pietruszki, śmietana 12% (poch.mleka), groszek ptysiowy (Zaw.gluten, jaja kurze, może zaw. mleko, orzechy, o.ziemne) <u>D.b/selera-</u> bez dod. selera <u>D.b/ml-</u> bez dod. śmietany <u>D.b/pszenicy, o/śl.il.mleka, b/pszenicy, b/orzecha, o.ziemnego-</u> bez dod. groszku ptysiovogo	Bitki z indyka z kaszą jęczmienną (filet z indyka, mąka pszenna (Zaw.gluten, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, przypr.ziołowe, przypr. do mięsa b/glutaminianu sodu) z kaszą jęczmienną (Zaw.gluten) Surówka z marchewki, pora, gruszki z dod.natki pietruszki i oleju Kompot wiśniowo- jabłkowy lekko sł. <u>D.b/pszenicy-</u> mięso b/obraczania mąką, sos zagęszcz. skrobią ziemn.	Budyń waniliowy (mleko 3,2%, budyń w proszku (może zaw. mleko), jabłko (może zaw. mleko), kasza manna (zaw.gluten)na nap. rośl. (soja) zagęszcz. skrobią ziemn. <u>D.b/pszenicy, jedn. B/ml-</u> kaszka ryż/b/ml na nap. rośl. <u>D.b/surowego jabłka-</u> owoc gotowany
Alergeny:	Mleko, gluten, soja, jaja kurze	Seler, jaja kurze, gluten, mleko	Gluten,	Mleko, soja, gluten

02.07.26r. czwartek	Zupa mleczna z makaronem (mleko 3,2%, makaron 4-jajeczny (zaw.gluten, jaja kurze)) Pieczywo (zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), twarogiem waniliowym (<u>ser twarogowy półtł.</u>, <u>serek bieluch</u>, <u>śmietana 18%</u>(prod.poch.mleka), cukier z wanilią), papryka cz. Herbata miętowa lekko st. D.b/ml i przetworzona- makaron na nap. roślinnym (soja) D.b/ml- pieczywo z/bez marg. rośl. (zaw. śl. masła (mleko)) pastą z indyka D.b/pszenicy, jedn. B/ml- pł. jaglane na nap. rośl. Smoothie arbuzowo- bananowe z dod. ml.kokoks.	Kalafiorowa z ryżem (kalafior, pietruszka, seler, marchew, koper, ryż biały, przypr.ziołowe) D.b/selera- bez dod. selera	Paszetę rybny (miruna (ryby), cebula, jaja kurze, bułka tarta (zaw.gluten), marchew, pietruszka, czosnek, przypr.do ryb b/glutaminianu sodu) z sosem kukurydzianym (kukurydza, marchew, pietruszka, cebula, śmietana 18% (poch.mleka), mąka pszenna (Zaw.gluten), przypr.Natur, przypr.ziołowe) z ziemniakami z dod. masła (poch.mleka) Surówka z ogórka kisz., kalarepy, jabłka i cebulki cz.z dod. koperku i oleju Kompot wieloowocowy lekko st. D.b/ml- sos b/śmietany, ziemniaki o/dod. masła; z dod. oleju rzep. D.b/pszenicy- ryba gotowana b/dod. bułki tartej, sos zagęszcz. skrobią ziemn. D.b/surowego jabłka- bez dod. jabłka	Koktajl jagodowo- ananasowy (jogurt grecki (poch.mleka), jagoda, ananas w syropie), biszkopty (zaw.gluten, jaja kurze, może zaw. mleko, orzechy, p. ziemne) D.b/ml- koktajl na nap. roślinnym (soja) D.b/pszenicy, b/śl.il.mleka, p/orzechów, o.ziemnych- chrupki kukurydzy.
Alergeny:	Mleko, glute, soja, jaja kurze	Seler	Gluten, mleko, jaja kurze, ryby	Soja, mleko, gluten, jaja kurze
03.07.26r. piątek	Kakao (mleko 3,2%, kakao 16%, cukier)/ herbata rumiankowa lekko st. Pieczywo (zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), pastą z ciecierzycy (ciecierzyca kons., pomidory susz., cebula, czosnek, przypr.Natur, papryka st. i wędzona), ogórek D.b/ml i przetworzona- kakao na nap. roślinnym (soja) D.b/ml- pieczywo z/bez marg. (zaw. śl. masła (mleko)) i pastą Jabłko D.b/surowego jabłka- owoc gotowany	Żurek z ziemniakami i koperkiem (zakwas na żur (zaw.gluten), ziemniaki, koper, czosnek, cebula, marchew, seler, pietruszka, śmietana 18% (poch.mleka), przypr.ziołowe) D.b/selera- bez dod. selera D.b/ml- bez dod. śmietany	Szynka mielona z sosem majerankowo- paprylowym (szynka wp., majeranek, paprylia, marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna (Zaw.gluten), natka pietruszki, przypr.Natur) i ryżem Surówka z kapusty białej, papryki cz., kukurydzy i gruszki z dod. natki pietruszki i oleju Kompot truskawkowo- miętowy lekko st. D.b/pszenicy- sos zagęszcz. skrobią ziemn. D.b/selera- bez dod. selera	Koktajl szpinakowo- bananowy z dod. kółeczek pszenno- kukurydzy. (jogurt grecki (poch.mleka), szpinak, banan, awokado, natka pietruszki, cytryna (sok), cukier, kółeczka pszenno- kukurydzy (Zaw. gluten, może zaw. soje, mleko) D.b/ml- koktajl warzywno- owocowy na nap. rośl.(soja) D.b/pszenicy, b/śl.il.mleka, p/soi- bez dod. kółeczek pszenno-kukurydzy.
Alergeny:	Mleko, gluten, soja,	Seler, gluten, mleko	Gluten, seler	Mleko, soja, gluten

W każdym dniu dzieci mają dostęp do wody niegazowanej średniozmineralizowanej *W jadłospisie zostały wymienione alergeny występujące lub mogące występować w danym posiłku (wg Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1169/2011 z dn. 25.10.2011r. w sprawie obecności alergenów)** Dla poszczególnych diet zapisane zostały jedynie modyfikacje potraw, co oznacza, że dzieci z alergiami/nietolerancjami pok. poza uwzględnionymi zmianami dotyczy ten sam schemat żywienia co dzieci bez al./nietolerancji pok. *** W diecie bezmlecznej stosowane jest masło roślinne, które zawiera śladowe ilości maślanek w proszku- dzieci bez śladowych il. mleka dostają pieczywo bez smarowania. *W przyprawie „Vegeta Natur” występują suszone warzywa (w tym **seler**), sól, cukier, lubczyk pieprz, kurkuma, czosnek, koper)