

JADŁOSPIS na dzień 14-18.09.26r.

Data	Śniadanie I i II	Obiad		Podwieczorek
		Zupa	II danie	
14.09.26r. poniedziałek	Zupa mleczna z pł. owsianymi (mleko 3,2% , pł. owsiane (zaw. gluten)) Pieczywo (zb.zaw. gluten) z masłem (poch. mleka), twarogiem waniliowym (ser twarogowy półtł., śmietana 18%, <u>serek bieluch waniliowy</u> (prod.poch. mleka), papryka Herbata melisa z pomarańczą lekko sł. <u>D.b/ml i przetworzona-</u> pł. owsiane na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/ml-</u> pieczywo z /bez marg. roślin. (zaw. śl. masła (mleko)) i jajkiem gotowanym Banan	Jarzynowa (groszek zielony, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, natka pietruszki, por, seler , śmietana 12% (poch. mleka), przypr.ziołowe) <u>D.b/ml-</u> bez dod. śmietany	Spaghetti (makaron (zaw. gluten), szynka wp., pomidory, konc.pomidorowy, marchew, pietruszka, papryka cz., czosnek, przypr.do miesa b/glutaminianu sodu, mąka pszenna (Zaw. gluten), przypr.ziołowe) Warzywa w kawałkach: ogórek Kompot porzeczkowo- gruszkowo lekko sł. <u>D.b/pszenicy-</u> sos bez dod. mąki pszennej	Jogurt grecki (poch. mleka) z mussem jagodowo-miętowym, chrupki kukurydż. <u>D.b/ml-</u> koktajl owocowy na nap. roślin. (soja)
Alergeny:	Mleko, gluten, jaja kurze, soja	Seler, mleko	gluten	Mleko, soja
15.09.26r. wtorek	Zupa z makaronem literki (mleko sojowe , makaron 4-jajeczny (zaw. gluten , jaja kurze) Pieczywo (gluten) z masłem (poch. mleka), serem żółtym (poch. mleka) i pomidorem Herbata rumiankowa lekko sł. <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. roślin.(zaw. śl. masła (mleko)) i pastą warzywną z ciecierzycy (ciecierzyca kons., cebula, olej rzep., przypr.natur, papryka sł.) <u>D.b/pszenicy-</u> kaszka ryż b/ml na nap. roślinnym/mleku sojowym Smoothie selerowo- owocowe (seler naciowy, sok pomarańczowy, banan, woda min.n/g)	Ogórkowa z kaszą jęczmienną (ogórki kisz., marchew, seler , pietruszka, natka pietruszki, śmietana 12%(poch. mleka), kasza jęczmienna (zaw. gluten), przypr.ziołowe) <u>D.b/ml-</u> bez dod. śmietany	Filet z sosem cukiniowo-pietruszkowym (filet z kurczaka, czosnek, przypr.do mięsa b/glutaminianu sodu, papryka sł, wędzona, cukinia, natka pietruszki, seler , pietruszka, cebula, mąka pszenna (Zaw. gluten), cytryna sok, przypr.ziołowe) z ziemniakami z dod. masła (poch. mleka) Surówka z marchewki, jabłka i ananasa z dod. oleju Kompot wieloowocowy lekko sł. <u>D.b/ml-</u> ziemniaki bez masła; z dod. oleju <u>D.b/pszenicy-</u> sos bez dod. mąki pszennej	Krem z kaszki kukurydzianej (mleko 3,2% , kasza kukurydż., skrobia ziemn.), melon <u>D.b/ml i przetworzona-</u> kaszka kukurydż. Na nap. roślinnym (soja)
Alergeny:	gluten, soja, jaja kurze, seler, mleko	Seler, mleko, gluten	gluten, mleko, seler	Mleko, soja
16.09.26r. środa	Kakao ((mleko sojowe , kakao)/herbata owocowa lekko sł. Pieczywo (gluten) z masłem (poch. mleka), pastą jajeczną (jaja kurze , olej rzep., koper, przypr.natur), ogórek <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. roślin. (zaw. śl. masła (mleko)) i pastą jajeczną Banan	Krem szpinakowo-brukselkowy z dod. gr.ptysiówego (szpinak, brukselka, pietruszka, seler , ziemniaki, śmietana 12% (poch. mleka), natka pietruszki, cytryna sok, groszek ptysiówy (zaw. gluten , jaja kurze , może zaw. mleko , orzechy , o.ziemne) <u>D.b/pszenicy</u> , <u>b/śl.il.mleka</u> , <u>b/orzechów</u> , <u>o.ziemnych-</u> bez dod. groszku ptysiówego <u>D.b/ml-</u> bez dod. śmietany	Curry z soczewicą i ryżem (ryż biały/paraboliczny, soczewica cz., papryka kolorowa, pietruszka, marchew, czosnek, cebula, pomarańcza sok, pomidory, konc.pomidorowy, mąka pszenna (Zaw. gluten), ml.kokos., przypr.ziołowe, przypr.Natur) Warzywa w kawałkach: rzodkiewka Kompot jabłkowo- miętowy lekko sł. <u>D.b/pszenicy-</u> sos bez dod. mąki pszennej	Koktajl truskawkowo-ananasowy na jogurcie greckim (poch. mleka), chałka (zaw. gluten , może zaw. mleko , orzechy , o.ziemne , jaja kurze) z masłem (poch. mleka) <u>D.b/ml-</u> koktajl truskawkowo- ananasowy na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/ml</u> , <u>gr 1</u> , <u>b/orzechów</u> , <u>o.ziemnych-</u> pieczywo z/bez marg. roślin./masłem (gr1) <u>D.b/pszenicy-</u> pieczywo wł.
Alergeny:	soja, gluten, mleko, jaja kurze	Seler, jaja kurze, gluten, mleko	Gluten,	Gluten, mleko, soja

17.09.26r. czwartek	Zupa z pł. jaglanymi (mleko 3,2%, pł. jaglane) Pieczywo (zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), mozzarella (poch.mleka) i pomidorem Herbata zwykła z pomarańczą lekko sł. <u>D.b/ml i przetworzona-</u> pł. jaglane na nap. roślin. (soja) <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. roślin. (zaw. śl. masła (mleko) i pastą z soczewicy cz. Jabłko	Barszcz czerwony z kaszą kuskus (burak cz., zakwas buraczany, pietruszka, seler, marchew, kasza kuskus (zaw.gluten), śmietana 12% (poch.mleka), natka pietruszki, przypr. ziołowe) <u>D.b/ml-</u> bez dod. śmietany <u>D.b/pszenicy-</u> bez dod. kaszy kuskus	Kotlecik mielony rybny z ziemniakami (miruna (ryby), jaja kurze, bułka tarta (zaw.gluten), cebula, przypr.do ryb b/glutaminianu sodu), z ziemniakami puree (ziemniaki, mleko 3,2%, masło (poch.mleka), przypr.do ziemniaków b/glutaminianu sodu) Marchewka na gęsto (zaw.gluten) Kompot wiśniowo- gruszkowy lekko sł. <u>D.b/pszenicy-</u> ryba gotowana b/dod. bułki tartej, marchewka b/dod. maki pszennej <u>D.b/ml i przetworzona-</u> ziemniaki b/masła i mleka; z dod. oleju rzep.	Koktajl szpinakowo-bananowy z posypką czekoladową (jogurt grecki(poch.mleka), szpinak, banan, natka pietruszki, awokado, cytryna sok, cukier do smaku, czekolada gorzka (Zaw.soje, może zaw. orzechy, o.ziemne, mleko, gluten, jaja kurze) <u>D.b/ml-</u> koktajl warzywno-owocowy na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/śl.il.mleka, b/orzecha, o.ziemnego-</u> bez dod. czekolady gorzkiej
Alergeny:	gluten, mleko, soja,	Seler, mleko, gluten	Mleko, gluten, jaja kurze, ryby,	Mleko, soja gluten
18.09.26r. piątek	Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi (mleko 3,2%, pł. jęczmienne(zaw.gluten) Pieczywo (zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), pastą z fasoli cz. (poch.mleka) i susz. pomidorami (fasola cz. kons., pomidory susz., czosnek, cebula, przypr.curry, przypr.natur do smaku), rzodkiewka Herbata owocowa lekko sł. <u>D.b/ml i przetworzona-</u> pł. jęczmienne na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. roślin. (zaw. śl. masła (mleko) i pastą z fasoli Jogurt (poch.mleka) śliwkowo-żurawinowy <u>D.b/ml-</u> koktajl owocowy na nap.roślinnym (soja)	Zupa krem dyniowa z dod. gr.ptysiowego (dynia, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki w tym bataty, natka pietruszki, gr.ptysioy (Zaw.makę pszenną (gluten), jaja kurze, może zaw. orzechy, o.ziemne), przypr.ziołowe) <u>D.b/śl.il.mleka, b/pszenicy, b/orzecha, o.ziemnego-</u> bez dod. groszku ptysiowego	Indyk w sosie śmietanowo- porowym (filet z indyka, przypr.do mięsa b/glutaminianu sodu, papryka sł., por, seler, pietruszka, marchew, śmietana 18% (poch.mleka), mąka pszenna (zaw.gluten), natka pietruszki, przypr.natur) i kaszą bulgur (zaw.gluten) Surówka z kalarepy, ogórka kisz. i gruszki z dod. koperku i oleju Kompot z porzeczki cz. z jabłkiem lekko sł. <u>D.b/pszenicy-</u> sos bez dod. maki pszennej, ryż/makaron wł. <u>D.b/ml-</u> bez dod. śmietany	Kawa zbożowa (mleko 3,2%, kawa zb. (Zaw.gluten), cukier do smaku), ciasteczka pszenne (zaw.gluten,mleko), melon <u>D.b/ml i przetworzona-</u> kawa zb. Na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/ml, b/pszenicy-</u> chrupki kukurydzy.
Alergeny:	soja, gluten, mleko	Seler, gluten, jaja kurze,	Gluten, seler, mleko	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)