

JADŁOSPIS na dzień 19-23.10.26r.

Data	Śniadanie I i II	Obiad		Podwieczorek
		Zupa	II danie	
19.10.26r. poniedziałek	Zupa mleczna z miksem płatków (mleko 3,2%, pł. jaglane, orkiszowe i jęczmienne (zaw.gluten)) Pieczywo (zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), twarogiem czosnkowym (<u>ser twarogowy półtł.</u>, śmietana 18%, serek Bieluch nat. (prod.poch.mleka), czosnek, koper, przypr.natur, cukier do smaku), ogórek Herbata owocowa lekko sł. D.b/ml i przetworzona- pł. jaglane/jęczmienne na nap. roślinnym (soja) D.b/ml- pieczywo z/bez marg. rośl.(zaw. śl. masła (mleko)) i pastą z soczewicy cz. (soczewica cz., cebula, czosnek, przypr.Natur, papryka sł., olej rzep.) Jabłko	Kapuśniak z ziemniakami (kapusta kisz., ziemniaki, pietruszka, seler, marchew, natka pietruszki/koper, cebula, przypr.ziołowe)	Kaszotto pomidorowe z szynką (kasza bulgur i jęczmienna (zaw.gluten), szynka wp., marchew, pietruszka, papryka, cukinia, cebula, mąka pszenna (zaw.gluten), pomidory susz., konc.pomidorowy, pomidory, przypr.ziołowe, przypr.natur, przypr. Do mięsa b/glutaminianu sodu, czosnek, papryka sł. i wędzona) Surówka z selera, gruszki i brzoskwiń z dod. oleju Kompot truskawkowo- jabłkowy lekko sł. D.b/pszenicy- sos bez dod. mąki pszennej, makaron wł/kasza jęczmienna	Nutella bananowa (czekolada gorzka (zaw.soję, może zaw. mleko, orzechy, o.ziemne, gluten, jaja kurze), banany, awokado, kakao 16%, cukier puder, cytryna (sok)) z dod. jogurtu greckiego (poch.mleka) D.b/ml- koktajl owocowy na nap. rośl. (soja) D.b/soi, b/orzechów, o.ziemnych, b/śl.il.mleka- bez dod. czekolady gorzkiej
Alergeny:	Mleko, gluten, soja	Seler	Gluten, seler	Mleko, gluten, soja
20.10.26r. wtorek	Zupa mleczna z pł. owsianymi (mleko 3,2%, pł. owsiane (Zaw.gluten)) Pieczywo (zb.zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), wędliną wp. i pomidorem Herbata rumiankowa z cytryną lekko sł. D.b/ml i przetworzona- pł. owsiane na nap. roślinnym (soja) D.b/ml- pieczywo z/bez marg. rośl.(zaw. śl. masła (mleko)) i wędliną Smoothie owocowo-warzywne (sok pomarańcz.(pasteryz.), banan, seler naciowy, awokado, woda min.n/g)	Zupa z soczewicy cz. (soczewica cz., marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, ziemniaki, pomidory, konc.pomidorowy, przypr.ziołowe)	Makaron (zaw.gluten) z sosem szpinakowo- serowym (szpinak, seler, pietruszka, cebula, czosnek, <u>mascarpone/rocotta, śmietana 18%</u> (prod.poch.mleka), mąka pszenna (zaw.gluten), przypr.ziołowe, przypr.Natur) Surówka z kalarepy, gruszki i ogórka kisz. z dod. natki pietruszki i oleju Kompot wiśniowo-jabłkowy lekko sł. D.b/ml- sos bez dod. nabiału D.b/pszenicy- makaron wł., sos bez dod. mąki pszennej	Deser ryż-kokos. (mleko 3,2%, ryż biały, mleczko kokos., cukier z wanilią, skrobia ziemn.), gruszka D.b/ml i przetworzona- deser ryż-kokos. na nap. rośl. (soja)
Alergeny:	Mleko, gluten, soja, seler	Seler	gluten, mleko, seler	Mleko, soja
21.10.26r. środa	Zupa mleczna z kaszą kuskus (mleko 3,2%, kasza kuskus (zaw.gluten)) Pieczywo (zaw.gluten) z masłem (poch.mleka), serem żółtym (poch.mleka) i papryką Herbata zwykła z pomarańczą lekko sł. D.b/ml i przetworzona- kasza kuskus na nap. roślinnym (soja) D.b/ml- pieczywo z/bez marg. rośl. (zaw. śl. masła (mleko)) i wędliną wp. D.b/pszenicy- kaszka ryż b/ml na nap. rośl. Banan	Kalafiorowa z miksem kasz (kalafior, marchew, pietruszka, seler, por, koper, kasza jaglana i jęczmienna (zaw.gluten), przypr.ziołowe)	Kotlecik rybny (miruna (ryby), jaja kurze, cebula, bułka tarta (zaw.gluten), przypr.do ryb b/glutaminianu sodu) z ziemniakami puree (ziemniaki w tym bataty, masło (poch.mleka), mleko 3,2%, przypr.do ziemniaków b/glutaminianu sodu) Kapusta biała lekko zasm. (zaw. mąkę pszenną) Kompot śliwkowo- gruszkowy lekko sł. D.b/ml i przetworzona- ziemniaki b/masła i mleka; z dod. oleju D.b/pszenicy- ryba gotowana b/dod. bułki tartej, kapusta bez dod. mąki pszennej	Koktajl malinowo- żurawinowy na jogurcie greckim (poch.mleka), oplaty (zaw.gluten) D.b/ml- koktajl owocowy na nap. rośl. (soja) D.b/pszenicy- chrupki kukurydz./pieczywo wł.
Alergeny:	Mleko, gluten, soja,	Seler, gluten	Gluten, jaja kurze, mleko, ryby	Mleko, soja, gluten

22.10.26r. czwartek	Zupa mleczna z pł. jagłanymi (mleko 3,2% , pł. jaglane) Pieczywo (Zaw. gluten) z masłem (poch. mleka), pastą jajeczną (jaja kurze , olej rzep., przypr. Natur) i ogórkiem Herbata owocowa lekko st. <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.il.masła (mleko) i pastą jajeczną Jabłko	Krem groszkowa na wyw. mięsno-jarskim z dod. groszku ptysiowego (groszek zielony, pietruszka, seler , marchew, por, natka pietruszki, filet z kurczaka, ziemniaki, groszek ptysiowy (zaw. gluten , jaja kurze , może zaw. mleko , orzechy , o ziemne), przypr.ziołowe) <u>D.b/pszenicy</u> , <u>b/śl.il.mleka</u> , <u>b/orzecha</u> , <u>o.ziemnego-</u> bez dod. groszku ptysiowego	Naleśniki z twarogiem waniliowym (mąka pszenna (zaw. gluten), mleko 3,2% , jaja kurze , cukier z wanilią, ser twarogowy półtł., serek bieluch <u>waniliowy</u> , <u>śmietana 18%</u> (prod.poch. mleka) Warzywa w kawałkach: rzodkiewka, papryka cz. Kompot wieloowocowy lekko st. <u>D.b/ml i przetworzona-</u> naleśniki na nap. roślinnym (soja) <u>D.b/ml-</u> naleśniki z dżemem truskawkowym	Kakao (mleko 3,2% , kakao 16%, cukier do smaku), pieczywo z masłem (poch. mleka) i pastą z ciecierzycy z susz. pomidorami (ciecierzyca kons., olej rzep., cebula, czosnek, pomidory susz., przypr.natur do smaku), melon <u>D.b/ml i przetworzona-</u> kakao na nap. rośl. (soja) <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. rośl. I pastą <u>D.b/pszenicy-</u> pieczywo wł.
Alergeny:	Gluten, mleko, soja, jaja kurze	Seler, jaja kurze, gluten	Gluten, mleko, jaja kurze	Mleko, soja, gluten
23.10.26r. piątek	Kawa zbożowa (mleko 3,2% , kawa zboż.(zaw. gluten), cukier do smaku)/herbata melisa lekko st. Pieczywo (zaw. gluten) z masłem (poch. mleka), mozzarella (poch. mleka) i pomidorem <u>D.b/ml i przetworzona-</u> Kawa zbożowa na nap. rośl. (soja) <u>D.b/ml-</u> pieczywo z/bez marg. rośl. (zaw.śl.il.masła (mleko) i pastą z ciecierzycy Banan	Kukurydzianka z ryżem (kukurydza, marchew, pietruszka, cebula, seler , natka pietruszki, śmietana 12% (poch. mleka), ryż, przypr.ziołowe <u>D.b/ml-</u> bez dod. śmietany	Pulpety drob-wp (filet z indyka, szynka wp., jaja kurze , cebula, czosnek, przypr.do mięs b/glutaminianu sodu, bułka tarta (zaw. gluten) z sosem koperkowym (koper, pietruszka, seler , cebula, mąka pszenna (zaw. gluten), przypr.ziołowe, przypr.natur) i ziemniakami z dod. masła (poch. mleka) Surówka z kapusty kisz., kalarepy, cebulki cz., gruszki i natki pietruszki z dod. oleju Kompot porzeczkowo- jabłkowy lekko st. <u>D.b/ml-</u> ziemniaki b/dod. masła; z dod. oleju <u>D.b/pszenicy-</u> pulpet mięsny (bez dod. bułki tartej) z sosem koperkowym (bez dod. mąki pszennej)	Deser piernikowy (jogurt grecki (poch. mleka), śliwki, brzoskwinia, biszkopty (zaw. gluten , jaja kurze , mogą zaw. mleko , orzechy , o ziemne), przypr.do piernika, cukier do smaku, cynamon) <u>D.b/ml-</u> deser na nap. rośl.(soja), biszkopty <u>D.b/pszenicy</u> , <u>b/orzecha</u> , <u>o.ziemnego</u> , <u>b/śl.il.mleka-</u> bez dod. biszkoptów, chrupki kukurydz.
Alergeny:	Mleko, gluten, soja	Seler, mleko	Gluten, jaja kurze, mleko, 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)