

DIETA BEZMLECZNA

Jadłospis

DATA: 09.12-13.12.2024

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Mleko ryżowe z miodem 180ml, pieczywo pszenne i razowe 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło roślinne 10g, pyzdra szynkowa 15g, pasztet pieczony 15g (zawiera gluten pszenny, soja), ogórek 10g, marchewka do chrupania 10g	Bułeczka drożdżowa z nadzieniem wiśniowym 1szt (zawiera gluten pszenny) Sok marchew jabłko banan 100ml	Zupa jarzynowa z kalafiorem z ziemniakami i natką pietruszki zabelana śmietaną wege 250ml	Delikatne chili con carne, mięso wieprzowe mielone z fasolą czerwoną, papryką, kukurydzą, cebulą w sosie pomidorowym, ryż paraboliczny 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczeki i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
WTOREK	Pieczywo graham i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, gluten żytni), masło roślinne 10g, szynka od Zduna 15g, dżem brzoskwinowy 15g, ogórek kiszony 10g, rzodkiewka 10g Herbata malinowa 200ml	NOWOŚĆ! Zimowy koktajl pierniczkowy (jabłko, banan, kakao, przyprawa do piernika, mleko ryżowe) - wyrób własny 100ml Wafel ryżowy 1szt	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki, zabelana śmietaną wege 250ml (zawiera gluten pszenny)	Filet z piersi kurczaka w panierce 70g (zawiera gluten pszenny, jaja), puree ziemniaczane 120g, surówka z marchewki i selera (olej rzepakowy) 70g (zawiera seler) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Kakao na mleku ryżowym 180ml, pieczywo pszenne i słonecznikowe 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło roślinne 10g, pasta z brokuła - wyrób własny 15g, polędwica delikatna 15g, pomidor 10g	Kisiel truskawkowy 100ml Chlebek WASA 1szt (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny)	Zupa z soczewicy z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml	Kopytka z sosem mięsno warzywnym (mięso drobiowe, fasolka szparagowa, marchewka, kalafior, brokuły, cukinia) (zawiera gluten pszenny, jaja) 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczeki i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK	Bułka kajzerka 40g (zawiera gluten pszenny) masło roślinne 10g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem (zawiera jaja, gorczyca) 15g - wyrób własny, polędwica delikatna 15g, papryka 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Mus jabłko banan - wyrób własny 100g Paluch kukurydziany 2szt	Aromatyczna zupa krem z dyni z kurkumą, imbirem i nasionami słonecznika 250ml	Pieczeń rzymska w łagodnym sosie musztardowym 70g (zawiera gluten pszenny, jaja, gorczyca), kasza gryczana 120g, ogórek kiszony 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczeki i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK	Kasza kukurydziana na mleku ryżowym 180ml, pieczywo graham i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło roślinne 10g, pyzdra szynkowa 15g, pasta z fasoli ze szczypiorkiem 15g - wyrób własny, pomidor 10g	NOWOŚĆ! Hawajska sałatka z ryżem, szynką, ananase, kukurydzą i ogórkiem kiszonym - wyrób własny 50g (zawiera jajko, gorczyca) Chlebek żytni (1 kromka) (zawiera gluten pszenny, żytni)	Treściwa zupa gulaszowa z mięskiem wieprzowym, kiełbaską 93%, papryką, ziemniakami, marchewką i porem 250ml	Makaron kokardki z polewą truskawkową (zawiera gluten pszenny) 120/50g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczeki i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt

1. Kaloryczność posiłków przedszkola to 1050 kcal realizowane w 4 posiłkach: śniadanie, zupa, II danie, podwieczorek.

2. W zakładzie produkcyjnym używa się produktów zawierających gluten w związku z powyższym potrawy mogą zawierać śladowe ilości ww. alergenów.

3. Jadłospisy sporządzane są zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26.07.2016 r.

4. Prezentowane surówki bazują na olejach słonecznikowych, rzepakowych, lnianych bądź na oliwie z oliwek.

5. Firma Tim zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

6. Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Dania w jadłospisie zostały przygotowane z użyciem składników, które mogą zawierać śladowe ilości wywołujące alergie lub reakcje nietolerancji, takie jak: zboża zawierające gluten, jaja, ryby, orzechy, soję, mleko, seler, gorczyce, nasiona sezamu. Informujemy, że istnieje możliwość obecności wyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

DIETA BEZMLECZNA

Jadłospis

DATA: 16.12-20.12.2024

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Kawa zbożowa na mleku ryżowym (zawiera gluten, jęczmienny, żytni, pszenney) 180ml, pieczywo pszenne i żytnie 40g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło roślinne 10g, polędwica delikatna 15g, powidła śliwkowe 15g, papryka 10g, ogórek 10g	Koktajl bananowo brzoskwinowy na mleku ryżowym 100ml Rogalik drożdżowy ½szt (zawiera gluten pszenney)	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml	Makaron świderki z pomidorowym sosem bolognese (zawiera gluten pszenney) 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
WTOREK	Pieczywo pszenne i wieloziarniste (zawiera gluten pszenney, gluten żytni, gluten jęczmienny, sezam) 40g, masło roślinne 10g, pyzdra szynkowa 10g, pasta z kalafiora - wyrób własny 20g, szczypiorek 5g, pomidor 10g Herbata owocowa 200ml	Czekoladowy pudding z kaszy manny na mleku ryżowym - wyrób własny 100ml (zawiera gluten pszenney) Wafel kukurydziany 1szt	Zupa ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem zabieleną śmietaną wege 250ml	Kotlet pożarski (mięso drobiowe) 70g (zawiera gluten pszenney, jajko), puree ziemniaczane 120g, surówka z buraczków i jabłka 70g (olej rzepakowy) Woda z miętą i cytryną 200ml	Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Płatki kukurydziane na mleku ryżowym 180ml, pieczywo pszenne i słonecznikowe (zawiera gluten pszenney, żytni) 40g, masło roślinne 10g, różowy hummus z ciecierzycy i buraka - wyrób własny 15g, szynka od zduna 15g, papryka 10g	Weka z masłem roślinnym ziołowym i ogórkiem kiszonym 1 kromka/10g (zawiera gluten pszenney) Sok pomarańczowy 100% 100ml	Zupa z zielonej i żółtej fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki zabieleną śmietaną wege 250ml	Ryż z jabłkami 170g z polewą mango na mleku ryżowym 50g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK WIGILIA	Pieczywo pszenne i razowe 40g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło roślinne 10g, NOWOŚĆ! sałatka jajeczna z ziemniakami i porem 50g (zawiera jaja, gorczyca), kiełbasa podsuszana 15g, pomidor 10g Herbata czarna 200ml	NOWOŚĆ! Piernik pomidorowy z powidłami śliwkowymi obłany czekoladą - wyrób własny 50g (zawiera gluten pszenney, soja) Świąteczna lemoniada z cytryną, pomarańczą i imbirem 200ml - wyrób własny	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, natką pietruszki zabieleny śmietaną wege (zawiera seler) 250ml	Domowe pierogi z farszem warzywnym (ziemniaki, marchew, soczewica) okraszone duszoną cebulką 180g (zawiera gluten pszenney), surówka z kapusty kiszzonej (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK	Butka pszenna (zawiera gluten pszenney) 40g, masło roślinne 10g, polędwica delikatna 15g, pasztet pieczony 15g (zawiera gluten pszenney, soja), ogórek kiszony 10g, szczypiorek 5g Herbata z owoców tropikalnych 200ml	Mus owocowy (ananas, banan) - wyrób własny 100ml Biszkopty 2szt (zawiera gluten pszenney, jaja)	Rosół domowy z makaronem z natką pietruszki i lubczykiem (zawiera gluten pszenney, seler, jaja) 250ml	NOWOŚĆ! Ryba po grecku 70g (zawiera ryby) z warzywami (marchew, pietruszka, cebula) 70g, ziemniaczki 120g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Owoc sezonowy 1szt

- Kaloryczność posiłków przedszkola to 1050 kcal realizowane w 4 posiłkach: śniadanie, zupa, II danie, podwieczorek.
- W zakładzie produkcyjnym używa się produktów zawierających gluten w związku z powyższym potrawy mogą zawierać śladowe ilości ww. alergenu.
- Jadłospisy sporządzane są zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26.07.2016 r.
- Prezentowane surówki bazują na olejach słonecznikowych, rzepakowych, lnianych bądź na oliwie z oliwek.
- Firma Tim zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.
- Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Dania w jadłospisie zostały przygotowane z użyciem składników, które mogą zawierać śladowe ilości wywołujące alergie lub reakcje nietolerancji, takie jak: zboża zawierające gluten, jaja, ryby, orzechy, soja, mleko, seler, gorczyca, nasiona sezamu. Informujemy, że istnieje możliwość obecności wyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

