

Jadłospis

DATA: 06.01-10.01.2025

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEZIAŁEK	06.01.2025 Święto Trzech Króli				
WTOREK	Pieczycwo graham i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, gluten żytni), masło 10g (zawiera mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), pasztet pieczony 15g (zawiera gluten pszenny, soja), papryka 10g, ogórek kiszony 10g Herbata malinowa 200ml	Maślanka truskawkowa 100ml (zawiera mleko) Wafel ryżowy 1szt	Zupa z zielonej i żółtej fasolki szparagowej z ziemniakami i świeżym koperkiem zabeliana śmietaną 250ml (zawiera mleko)	Klasyczny gulasz z mięsem wieprzowym, marchewką, cebulką i papryką, kasza gryczana 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Płatki owsiane z żurawiną na mleku 180ml (zawiera mleko, owies), pieczywo ze słonecznikiem i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), serek kanapkowy do smarowania 15g - wyrób własny (zawiera mleko), szynka od zduna 15g, szczypiorek 5g, pomidor 10g	Kubusiowy deser (marchewka i banan) - wyrób własny 100ml Biszkopty 2szt (zawiera gluten pszenny, jaja)	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami, natką pietruszki, zabeliany śmietaną 250ml (zawiera mleko, seler)	Risotto z kurczakiem, marchewką, kukurydzą, cukinią i cebulką 220g Woda z miętą i cytryną 200ml	Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK	Pieczycwo pszenne i wieloziarniste (zawiera gluten pszenny, gluten żytni, gluten jęczmienny, sezam) 40g, masło 10g (zawiera mleko), kielbasa podsuszana 15g, przysmak Prosiaczka - malinowy twarożek 15g - wyrób własny (zawiera mleko), ogórek 10g, marchewka do chrupania 10g Herbata z dzikiej róży 200ml	Chałka (1 kromka) (zawiera gluten pszenny) + serek wiejski 20g (zawiera mleko) Sok pomarańczowy 100% 100ml	Pomidorowa z ryżem i natką pietruszki, zabeliana śmietaną 250ml (zawiera mleko)	Paluszki rybne z dorsza 2szt (zawiera gluten pszenny, ryby, jajko), puree ziemniaczane 120g, surówka z kapusty kiszzonej 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK	Płatki kukurydziane na mleku 180ml (zawiera mleko), pieczywo pszenne i żytnie 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), pasta z jajek ze szczypiorkiem - wyrób własny 15g (zawiera jaja, gorczyca), polędwica delikatna 15g, papryka 10g	Ciasto biszkoptowe z jabłkiem - wyrób własny 50g (zawiera gluten pszenny, jajko, mleko) Lemoniada cytrynowa z miętą - wyrób własny 100ml	Aromatyczna zupa krem z zielonego groszku z imbirem, świeżą natką pietruszki i nasionami słonecznika 250ml	Rigatoni al forno - zapiekanka po włosku (makaron penne, pomidory, ser żółty, bukiet ziół, czosnek) (zawiera mleko, gluten pszenny) 220g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek 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. alergenu.

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, gorczyca, nasiona sezamu. Informujemy, że istnieje możliwość obecności wyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

Jadłospis

DATA: 13.01-17.01.2025

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEZIAŁEK	Kakao na mleku 180ml (zawiera mleko), pieczywo pszenne i razowe 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), kiełbasa krakowska 15g, dżem truskawkowy 15g, ogórek 10g, papryka 10g	Bułeczka drożdżowa z nadzieniem malinowym 1szt (zawiera gluten pszenny) Jogurt naturalny 100ml (zawiera mleko)	Kalafiorowa zabieleną śmietaną 18% z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko)	Łagodne curry z kurczakiem, dynią, papryką i marchewką, podane z ryżem parabolicznym 220g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
WTOREK	Pieczywo pszenne i wieloziarniste (zawiera gluten pszenny, gluten żytni, gluten jęczmienny, sezam) 40g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty "salami" 15g (zawiera mleko), pasztet pieczony 15g (zawiera gluten pszenny, soja), ogórek kiszony 10g, szczypiorek 5g Herbata owocowa 200 ml	Domowe „belriso” z wiśniami na mleku - wyrób własny 100ml (zawiera mleko) Wafel kukurydziany 1szt	Domowy rosół z makaronem i natką pietruszki 250ml (zawiera gluten pszenny, jaja, seler)	Nuggetsy z kurczaka panierowane w bułce tartej i płatkach kukurydzianych 70g (zawiera gluten pszenny, jaja), puree ziemniaczane 120g, surówka z buraczków i jabłka 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Kawa zbożowa na mleku 180ml (zawiera mleko, gluten pszenny, żytni, jęczmienny), pieczywo graham i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, gluten żytni), masło 10g (zawiera mleko), pyzdra szynkowa 15g, pasta rybna z tuńczyka z twarogiem, rzodkiewką i koperkiem - wyrób własny 15g (zawiera mleko, ryby), pomidor 10g	Koktajl z dynią dla małego sportowca (jabłko, dynia, marchew, imbir, woda) - wyrób własny 150ml Chlebek WASA 1szt (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny)	Jarzynowa z ziemniakami z brokułem, zabieleną śmietaną 18%, ze świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko)	Łazanki z łopatką wieprzową i kiełbasą śląską (zawiera gluten pszenny) 220g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK	Bułka pszenna 40g (zawiera gluten pszenny), masło 10g (zawiera mleko), parówka z szynki 93% 1szt, keczup 5g, ser żółty 15g (zawiera mleko), ogórek 10g, papryka 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Budyń czekoladowy na mleku - wyrób własny 100g (zawiera mleko) Paluch kukurydziany 2szt	Ogórkowa zabieleną śmietaną 18% z ryżem i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko)	Tradycyjny kotlet mielony 70g (zawiera gluten pszenny, jajko), ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z marchewki i jabłka (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK	Kasza manna na mleku (zawiera mleko, gluten pszenny) 180ml, pieczywo pszenne i słonecznikowe (zawiera gluten pszenny, żytni) 40g, masło 10g (zawiera mleko), połędwica delikatna 15g, ser biały ze szczypiorkiem - wyrób własny 15g (zawiera mleko), rzodkiewka 10g	Salatka z makaronem orzo, ogórkiem kiszonym, szynką, szczypiorkiem i kukurydzą - wyrób własny 50g (zawiera gluten pszenny, jajko, gorczyca) Bułeczka chia ½ szt (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami i świeżym koperkiem, zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko)	Pampuchy 2szt (zawiera gluten pszenny, mleko, jaja), polewa jogurtowo truskawkowa (zawiera mleko) 50ml Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 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. alergenu.

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