

DIETA BEZ WIEPRZOWNY

Jadtospis

DATA: 28.10-01.11



T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Mleko z miodem (zawiera mleko) 180ml, pieczywo pszenne i razowe 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), pasztet sojowy 15g (zawiera soja, gorczyca), ogórek 10g, marchewka do chrupania 10g	Zupa jarzynowa z kalafiemem z ziemniakami i natką pietruszki zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko)	Delikatne chili con carne, mięso drobiowe z fasolą czerwoną, papryką, kukurydzą, cebulą w sosie pomidorowym, ryż paraboliczny 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Mini rogalik maślany z dżemem truskawkowym 1szt (zawiera gluten pszenny, jaja, mleko) Lemoniada z cytryną - wyrób własny 200ml Owoc sezonowy 1szt
WTOREK	Pieczywo graham i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, gluten żytni), masło 10g (zawiera mleko), pierś gotowana z indyka 15g, serek straciatella - wyrób własny 15g (zawiera mleko), pomidor 10g, rzodkiewka 10g Herbata malinowa 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki, zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko, gluten pszenny)	Filet z piersi kurczaka w sosie własnym 70g (zawiera gluten pszenny), puree ziemniaczane 120g, mizeria z jogurtem naturalnym i ze szczypiorkiem 70g (zawiera mleko) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Koktajl Siłacza z jagodami na maślanie 100ml (zawiera mleko) Chlebek WASA 1szt (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny) Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Kakao na mleku 180ml (zawiera mleko) pieczywo pszenne i słonecznikowe 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), NOWOŚĆ! pasta z tuńczyka z jajkiem i szczypiorkiem - wyrób własny 15g (zawiera jaja, ryby, gorczyca), szynka drobiowa 15g, ogórek kiszony 10g	Barszcz ukraiński z ziemniakami i natką pietruszki 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, porzeczek i truskawki) 200ml	Pita z dipem z tartego sera żółtego (ogórek kiszony, jogurt naturalny) 40g/10g (zawiera gluten pszenny, mleko) Sok żurawinowo jagodowy 100% 100ml Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK HALLOWEEN	Bułka kajzerka 40g (zawiera gluten pszenny) masło 10g (zawiera mleko), parówka z kurczaka 93% 1szt, keczup 5g, ser żółty „dziurawiec” 15g (zawiera mleko), papryka 10g, rzodkiewka 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Zupa krem z dyni z natką pietruszki i nasionami słonecznika 250ml	Pieczeń rzymska z mięsa drobiowego w sosie własnym 70g (zawiera gluten pszenny, jaja), kasza gryczana 120g, surówka szwedzka (marchewka, cebulka, ogórek kiszony-olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	NOWOŚĆ! Halloweenowa papita z ciemną czekoladą na kruchym spodzie - wyrób własny 30g (zawiera gluten pszenny, mleko, jaja) Jogurt naturalny 100g (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK	01.11 - Wszystkich Świętych			

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. Jadtospisy 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 jadtospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

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

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk



DIETA BEZ WIEPRZOWNY

Jadtospis

DATA: 04.11-08.11



T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEZIALEK	Kawa zbożowa na mleku (zawiera mleko, gluten, jęczmienny, żytni, pszenny) 180ml, pieczywo pszenne i żytnie 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), szynka drobiowa 15g, powidła śliwkowe 15g, papryka 10g, ogórek 10g	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml	Makaron świderki z pomidorowym sosem bolognese z mięsem drobiowym (zawiera gluten pszenny) 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Maślanka truskawkowa 100ml (zawiera mleko) Wafel ryżowy 1szt Owoc sezonowy 1szt
WTOREK	Pieczywo pszenne i wieloziarniste (zawiera gluten pszenny, gluten żytni, gluten jęczmienny, sezam) 40g, masło 10g (zawiera mleko), pierś gotowana z indyka 10g, serek wiejski 20g (zawiera mleko), rzodkiewka 10g, pomidor 10g Herbata owocowa 200ml	Zupa ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem zabieleną śmietaną 18% (zawiera mleko) 250ml	Kotlet pożarski (mięso drobiowe) 70g (zawiera gluten pszenny, jajko), puree ziemniaczane 120g, surówka z buraczków i jabłka 70g (olej rzepakowy) Woda z miętą i cytryną 200ml	NOWOŚĆ! Jogurt naturalny z miodem, jabłkiem i pestkami dyni 100g (zawiera mleko) Chałka 1 kromka (zawiera gluten pszenny, mleko) Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Płatki kukurydziane na mleku (zawiera mleko) 180ml, pieczywo pszenne i słonecznikowe (zawiera gluten pszenny, żytni) 40g, masło 10g (zawiera mleko), truskawkowy twarożek - wyrób własny 15g (zawiera mleko), szynka drobiowa 15g, ogórek 10g, papryka 10g	Zupa z zielonej i żółtej fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko)	NOWOŚĆ! Gulasz z białą rybą (filet z miruny, pomidory, marchew, cukinia) z kaszą gryczaną 120/100g (zawiera ryby) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Marchewka do chrupania z klasycznym hummusem 80/10g Sok jabłkowy 100% 100ml Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK	Bułka pszenna (zawiera gluten pszenny) 40g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), jajecznica na maselku - wyrób własny 40g (zawiera jaja, mleko), ogórek kiszony 10g, szczypiorek 5g Herbata z owoców tropikalnych 200ml	Rosół domowy z makaronem z natką pietruszki i lubczykiem (zawiera gluten pszenny, seler, jaja) 250ml	Tradycyjny kotlet z fileta z kurczaka 70g (zawiera gluten pszenny, jajka), ziemniaczki 120g, surówka z kapusty czerwonej i białej (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Serek waniliowy - wyrób własny 100ml (zawiera mleko) Biszkopty 2szt (zawiera gluten pszenny, jaja) Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK EUROPEJSKI DZIEŃ ZDROWEGO JEDZENIA I GOTOWANIA	Kasza manna na mleku 180ml (zawiera gluten pszenny, mleko), pieczywo graham i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło (zawiera mleko) 10g, pierś gotowana z indyka 15g, tradycyjny twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 15g - wyrób własny (zawiera mleko), pomidor 10g	Treściwa zupa gulaszowa z mięsem drobiowym, papryką, ziemniakami, marchewką i porem 250ml	Ryż z jabłkami i żurawiną 170g z polewą waniliowo jogurtową 50g (zawiera mleko) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Smoothie Witaminka (banan, jabłko, pomarańcza, imbir, woda) - wyrób własny 150ml Paluch kukurydziany 2szt 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. Jadtospisy 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 jadtospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

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

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

