



	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 pieczony 15g (zawiera gluten pszenny, soja), ogórek 10g, marchewka do chrupania 10g	Zupa jarzynowa z kalafiem z ziemniakami i natką pietruszki zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko)	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, 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), szynka od Zduna 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)	Karkówka 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), polędwica delikatna 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 szynki 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 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. 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 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.



Jadtospis

DATA: 04.11-08.11



T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Kawa zbożowa na mleku (zawiera mleko, gluten, jęczmienny, żytni, pszenny) 180ml, pieczywo pszenne i żytnie 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), polędwica delikatna 15g, powidła śliwkowe 15g, papryka 10g, ogórek 10g	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml	Makaron świderki z pomidorowym sosem bolognese (zawiera gluten pszenny) 120/100g Kompot wielowocowy (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), kiełbasa podsuszana 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 od zduna 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 wielowocowy (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 masiełku - 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 schabowy 70g (zawiera gluten pszenny, jajka), ziemniaczki 120g, surówka z kapusty czerwonej i białej (olej rzepakowy) 70g Kompot wielowocowy (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, pyzdra szynkowa 15g, tradycyjny twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 15g - wyrób własny (zawiera mleko), pomidor 10g	Treściwa zupa gulaszowa z mięskiem wieprzowym, kiełbaską 93%, papryką, ziemniakami, marchewką i porem 250ml	Ryż z jabłkami i żurawiną 170g z polewą waniliowo jogurtową 50g (zawiera mleko) Kompot wielowocowy (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, podwieczerek.

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

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

