




	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	11.11 - Dzień Niepodległości 			
WTOREK	Bułka pszenna 40g ( <b>zawiera gluten pszenney</b> ), masło roślinne 10g, pyzdra szynkowa 15g, pasztet pieczony 15g ( <b>zawiera gluten pszenney, soja</b> ), ogórek zielony 10g, marchewka do chrupania 10g, Herbata malinowa 200 ml	Krem z pomidorów zabieleny śmietaną wege z chrupiącymi grzankami ( <b>zawiera gluten pszenney</b> ) 250ml	Makaron penne ze szpinakiem, kurczakiem i cebulką w sosie beszamelowym (na śmietanie wege) z natką pietruszki 120/100g ( <b>zawiera gluten pszenney</b> ) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Sok pomarańczowy 100% 100ml Wafle kukurydziane z dżemem brzoskwiniowym 1szt/ 10g Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Waniliowe mleko ryżowe 180ml, pieczywo żytnie i pszenne 40g ( <b>zawiera gluten pszenney, żytni</b> ), masło roślinne 10g, pasta warzywna z kalafiora - wyrób własny 15g, kiełbasa podsuszana 15g, papryka 10g	Zupa lekka grochówka z kiełbaską 93% z ziemniakami i koperkiem 250ml	Jesienna potrawka z dynią i łopatką wieprzową (dynia, pomidory, marchew, kukurydza, cebulka), kasza gryczana 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml	Kisiel wiśniowy 100ml Chlebek WASA 1szt ( <b>zawiera gluten pszenney, żytni, jęczmienny</b> ) Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK	Pieczywo wieloziarniste i pszenne 40g ( <b>zawiera gluten pszenney, żytni, jęczmienny, sezam</b> ), masło roślinne 10g, różowa pasta z buraczkami i cieciorką - wyrób własny 15g, szynka od zduna 15g, ogórek zielony 10g Herbata z dzikiej róży 200ml	Zupa szczawiowa zabieleną śmietaną wege z jajkiem i ryżem + świeży koperek ( <b>zawiera jaja</b> ) 250ml	Paluszki rybne z dorsza 2szt ( <b>zawiera gluten pszenney, ryby, jajko</b> ), ziemniaczki 120g, surówka z kiszanej kapusty z marchewką (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Koktajl bananowy z kakao na mleku ryżowym - wyrób własny 100ml Biszkopty 2szt ( <b>zawiera gluten pszenney, jaja</b> ) Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK	Kawa zbożowa na mleku ryżowym 180ml ( <b>zawiera gluten pszenney, jęczmienny, żytni</b> ), pieczywo słonecznikowe i pszenne 40g ( <b>zawiera gluten pszenney, żytni</b> ), masło roślinne 10g, polędwica delikatna 15g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 15g - wyrób własny ( <b>zawiera jaja, gorczyca</b> ), pomidor 10g	Jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową - zabieleną śmietaną wege, ze świeżym koperkiem 250ml	Ryż paraboliczny z brzoskwinia i ananasem 170g, polewa truskawkowa na mleku ryżowym 50ml Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml	Salatka z makaronem orzo, ogórkiem kiszonym, szynką, szczypiorkiem i kukurydzą - wyrób własny 50g ( <b>zawiera gluten pszenney, jajko, gorczyca</b> ) Bułeczka chia ½ szt ( <b>zawiera gluten pszenney, żytni, jęczmienny</b> ) 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 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.





	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Kakao na mleku ryżowym 180ml, pieczywo pszenne i wieloziarniste 40g ( <b>zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny, sezam</b> ), masło roślinne 10g, powidła śliwkowe 15g, szynka od zduna 15g, papryka 10g, ogórek 10g	Żurek z kielbaską 93% i z ziemniakami i natką pietruszki, zabieleny śmietaną wege 250ml ( <b>zawiera gluten pszenny, gluten żytni</b> )	Ryż z sosem słodko-kwaśnym z warzywami (marchew, cebula, ananas, koncentrat pomidorowy) i mięsem drobiowym 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Leśna bułeczka drożdżowa z czarną porzeczką 1szt ( <b>zawiera gluten pszenny</b> ) Sok karotka z bananem 100ml Owoc sezonowy 1szt
WTOREK	Bułka kajzerka 40g ( <b>zawiera gluten pszenny</b> ), masło roślinne 10g, polędwica delikatna 15g, jajko ugotowane na twardo ½ szt ( <b>zawiera jaja</b> ), pomidor 10g, szczypiorek 5g Herbata malinowa 200ml	Kalafiorowa zabieleną śmietaną wege z ryżem i koperkiem 250ml	Pałka kurczaka z chrupiącą skórką 70g, ziemniaczki z koperkiem 120g, buraczki z cebulką na ciepło (olej rzepakowy) 70g Woda z cytryną 200ml	Budyń waniliowy na mleku ryżowym 100ml – wyrób własny Wafel ryżowy 1szt Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Zacierka na mleku ryżowym 180ml ( <b>zawiera gluten pszenny, jaja</b> ), pieczywo pszenne i razowe 40g ( <b>zawiera gluten pszenny, żytni</b> ), masło roślinne 10g, jesienny przysmak - pasta dyniowo marchewkowa - wyrób własny 15g, pyzdra szynkowa 15g, rzodkiew biała 10g	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml	A'la kaszotto (mix kasz - gryczana, pęczak) z kurczakiem, cebulką, kukurydzą, papryką, cukinią i pomidorami 120/100g ( <b>zawiera gluten pszenny</b> ) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Chlebek żytni z pesto pomidorowo paprykowym - wyrób własny (1 kromka/10g) ( <b>zawiera gluten pszenny, żytni</b> ) Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK	Bułka wieloziarnista 40g ( <b>zawiera gluten pszenny, żytni, soja</b> ), masło roślinne 10g, kurczak gotowany 15g, pasta z fasoli z cebulką i koperkiem – wyrób własny 15g, ogórek kiszony 10g Herbata owocowa 200ml	Domowy rosół z makaronem i świeżym lubczykiem 250ml ( <b>zawiera gluten pszenny, seler, jaja</b> )	Pulpecik wieprzowy 70g ( <b>zawiera jaja, gluten pszenny</b> ) z groszkiem i marchewką na ciepło 70g, puree ziemniaczane 120g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Koktajl brzoskwinowy na mleku ryżowym - wyrób własny 100g Paluchy kukurydziane 2szt Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK DZIEŃ BURAKA	Kasza kukurydziana na mleku ryżowym 180ml, pieczywo słonecznikowe i pszenne 40g ( <b>zawiera gluten pszenny, gluten żytni</b> ), masło roślinne 10g, pyzdra szynkowa 15g, dżem wiśniowy 15g, pomidor 10g, marchewka do chrupania 10g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, natką pietruszki zabieleny śmietaną wege 250ml	Domowe pierogi z farszem warzywnym (ziemniaki, marchew, soczewica) i cebulką 180g ( <b>zawiera gluten pszenny</b> ), surówka z marchewki i jabłka (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Batonik zbożowy (płatki kukurydziane, ryż preparowany, rodzynki, żurawina, daktyle) - wyrób własny 40g Sok jabłko burak cytryna pietruszka - wyrób własny 100ml 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 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

