

# JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY 4

## Dla dzieci na diecie bezmlecznej/bezglutenowej

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<p>PŁATKI KUKURYDZIANE Z MLEKIEM, JABŁKO</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Płatki kukurydziane</li> <li>2. Mleko</li> <li>3. Jabłko</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>BUŁKA KAJZERKA Z MASŁEM, SAŁATA I POMIDOREM, HERBATA OWOCOWA</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bułka kajzerka</li> <li>2. Masło</li> <li>3. Sałata</li> <li>4. Pomidor</li> <li>5. Herbata owocowa</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i></p>	<p><b>I DANIE:</b> KREMIK SZPARAGOWO-DROBIOWY Z GROSZKIEM PTRYSIOWYM <i>(wywar drobiowy, przecier szparagowy, ziemniaki, śmietanka roślinna, mąka, jajka, masło, sól)</i> <i>Alergeny: gluten (1), seler (9), mleko (7), jaja (3)</i></p> <p><b>II DANIE:</b> MAKARON, SEREK WANILIOWY, SOS OWOCOWY <i>(makaron, serek waniliowy, truskawki, cukier)</i> <i>Alergeny: gluten (1) jaja (3)</i></p>	<p>JOGURT Z PESTKAMI I SUSZONĄ MORELĄ Z HERBATNIKAMI</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jogurt naturalny</li> <li>2. Pestki dyni</li> <li>3. Suszone morele</li> <li>4. Herbatniki</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i></p>
<b>WTOREK</b>	<p>CHLEB MIESZANY, MASŁO, GOTOWANA PIERŚ INDYKA, SZYNKA WIEPRZOWA, SER ŻÓŁTY GOUDA, SAŁATA LODOWA, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, PAPRYKA, HERBATA OWOCOWA</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Chleb mieszany</li> <li>2. Masło</li> <li>3. Gotowana pierś z indyka</li> <li>4. Ser żółty gouda</li> <li>5. Sałata lodowa</li> <li>6. Pomidor</li> <li>7. Ogórek zielony</li> <li>8. Papryka</li> <li>9. Herbata owocowa</li> </ol> <p><i>Alergeny: gluten (1) mleko (7) gorczyca (10)</i></p>	<p>SOS TZATZIKI Z CZARNUSZKĄ I Z CHLEBEM WASA KUKURYDZIANYM</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jogurt naturalny</li> <li>2. Ogórek zielony</li> <li>3. Czarnuszka</li> <li>4. Chleb kukurydziany</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p><b>I DANIE:</b> ZUPA KALAFIOROWA <i>(wywar jarzynowy-włoszczyzna, ziemniak, kalafior, koperek, przyprawa Smak Natury)</i> <i>Alergeny: seler (9)</i></p> <p><b>II DANIE:</b> STROGONOW Z KLUSECZKAMI FRANCUSKIMI BEZGLUTENOWYMI <i>(pietruska, mięso drobiowe, olej, przecier pomidorowy, mąka, drożdże, pieczarki, cebula, jaja)</i> <i>Alergeny: Jaja</i></p>	<p>GALARETKA MLECZNA Z BANANEM</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Galaretka</li> <li>2. Banan</li> <li>3. Mleko</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7)</i></p>
<b>ŚRODA</b>	<p>KANAPKI Z MASŁEM, JAJKIEM, ŻÓŁTYM SEREM I SAŁATĄ LODOWĄ, KIEŁKI</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Chleb mieszany</li> <li>2. Masło</li> <li>3. Jajko</li> <li>4. Żółty ser</li> <li>5. Sałata lodowa</li> <li>6. Kiełki</li> </ol> <p><i>Alergeny: gluten (1) jajko (3) mleko (7)</i></p>	<p>PUDDING CHIA Z MUSEM TRUSKAWKOWYM</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Napój kokosowy</li> <li>2. Nasiona chia</li> <li>3. Mus truskawkowy</li> </ol> <p><i>Alergeny: -</i></p>	<p><b>I DANIE:</b> ROSOLNIK Z KASZKĄ MANNA <i>(kurczak, marchew, seler, pietruszka, por, kaszka manna)</i> <i>Alergeny: seler (9) gluten (1)</i></p> <p><b>II DANIE:</b> KOTLECİK SCHABOWY, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY <i>(schab wieprzowy, jajka, bułka tarta, sól, pieprz, majeranek, czosnek, ziemniaki, kapusta biała, marchew, majonez, olej, cukier)</i> <i>Alergeny: jajko (3) gluten (1)</i></p>	<p>SAŁATKA OWOCOWA Z SUCHARKAMI, BAWARKA</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sucharki</li> <li>2. Kiwi</li> <li>3. Banan</li> <li>4. Jabłko</li> <li>5. Winogrono zielone</li> <li>6. Herbata czarna</li> <li>7. Mleko</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i></p>
<b>CZWARTEK</b>	<p>RYŻ NA MLEKU Z JABŁKIEM PRAŻONYM, KANAPKA Z MASŁEM I POMIDOREM</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ryż</li> <li>2. Mleko</li> <li>3. Jabłko</li> <li>4. Cynamon</li> <li>5. Chleb mieszany</li> <li>6. Masło</li> <li>7. Pomidor</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i></p>	<p>MARCHEWKA SUROWA, KALAREPA Z SEOSEM CZOSNKOWYM, SUCHARKI</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Marchewka</li> <li>2. Kalarepa</li> <li>3. Jogurt naturalny</li> <li>4. Majonez</li> <li>5. Czonsek</li> <li>6. Sucharki</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7) gluten (1)</i></p>	<p><b>I DANIE:</b> KREMIK POMIDOROWO-PIETRUSZKOWY <i>(pomidory, włoszczyzna, pietruszka, cebula, mleczko kokosowe)</i> <i>Alergeny: seler (9)</i></p> <p><b>II DANIE:</b> CYTRYNOWE RISOTTO Z KURCZAKIEM I MARCHEWKĄ Z GROSZKIEM <i>(filet z kurczaka, sól, pieprz, Smak Natury, śmietanka roślinna, masło 100% roślinne, wywar mięsno-jarzynowy, ryż, marchewka, groszek, cukier, sok z cytryny)</i> <i>Alergeny: seler (9) mleko (7)</i></p>	<p>KANAPKA Z PASZTETEM Z INDYKA I OGÓRKIEM KISZONYM</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Chleb mieszany</li> <li>2. Pasztet z indyka</li> <li>3. Ogórek kiszony</li> </ol> <p><i>Alergeny: gorczyca (10) gluten (1)</i></p>
<b>PIĄTEK</b>	<p>BUŁKA KAJZERKA Z MASŁEM, PASTĄ Z TUŃCZYKA I SERKIEM KANAPKOWYM Z POMIDOREM, HERBATA MIĘTOWA</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bułka kajzerka</li> <li>2. Masło</li> <li>3. Tuńczyk</li> <li>4. Serek kanapkowy</li> <li>5. Pomidor</li> <li>6. Herbata miętowa</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7) gluten (1) ryba (4)</i></p>	<p>KOKTAJL BANANOWY NA BAZIE MAŚLANKI, KABANOS</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Banan</li> <li>2. Maślanka</li> <li>3. Kabanos</li> </ol> <p><i>Alergeny: mleko (7) gorczyca (10)</i></p>	<p><b>I DANIE:</b> ZUPKA JARZYNOWA <i>(marchew, pietruszka, por, seler, ziemniaki, fasolka żółta szparagowa, sól, koperek)</i> <i>Alergeny: seler (9)</i></p> <p><b>II DANIE:</b> PALUSZKI RYBNE, ZIEMNIAKI, MIZERIA <i>(mintaj, mąka, płatki kukurydziane, bułka tarta, sól, pieprz, ziemniaki, jogurt, ogórek zielony, koperek)</i> <i>Alergeny: ryba (4) gluten (1)</i></p>	<p>GRUSZKA, WAFLE RYŻOWE, BAWARKA</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gruszka</li> <li>2. Wafle ryżowe</li> <li>3. Herbata czarna</li> <li>4. Mleko</li> </ol> <p><i>Alergeny: -</i></p>

Alergeny wymienione w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 1169/2011 podane zostały w nawiasach: gluten (1), skorupiaki (2), jaja (3), ryby (4), orzeszki ziemne (5), soja (6), mleko (7), orzechy (8), seler (9), gorczyca (10), sezam (11), dwutlenek siarki i siarczany (12), tubin (13), mięczaki (14). \* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Gramatura oraz kaloryczność posiłków zamieszczona jest na stronie internetowej Przedszkola