

Jadłospis Żłobka

| | I posiłek | II posiłek | III posiłek | IV posiłek |
|---|--|---|---|---|
| 1 | <p>Mleko, płatki kukurydziane, chleb jasny i chleb wileński z masłem, kielbasa żywiecka, ser serwatkowy capri, pomidor cherry, rzodkiewka, seler naciowy, herbata owocowa.</p> <p>Dieta b/m: płatki orkiszowe z owocami,</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(7),(9),(10)</p> | <p>Banan</p> | <p>Zupa jarzynowa z zacierką (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: szyje z indyka, zacierka, marchew, seler, pietruszka, por, fasolka szparagowa, kalafior, groszek zielony, śmietana, przyprawy).</p> <p>Biszkopty bezcukrowe, actimel.</p> <p>Dieta b/m: sok wieloowocowy Tymbark.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7),(9)</p> | <p>Roladka mielona z serem żółtym (połudwiczka wieprzowa, udziec z indyka, ser żółty, jaja, cebula, przyprawy) ziemniaki, mizeria, kompot malinowy.</p> <p style="text-align: center;">Winogrona</p> <p>Dieta b/m: roladki mielone bez sera żółtego.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7),</p> |
| 2 | <p>Pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb z nasionami chia) z masłem, jajecznica, rzodkiewka, szczypior, kakao na mleku.</p> <p>Dieta b/m: herbata ziołowa.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7)</p> | <p>Jabłko, daktylę.</p> | <p>Zupa z soczewicy zielonej (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: szyje z indyka, marchew, seler, pietruszka, cebula, soczewica zielona, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy).</p> <p>Drożdźówka, napój pomarańczowy.</p> <p>Dieta b/m: chrupaki.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7),(9)</p> | <p>Potrąwka z kurczaka (filet z kurczaka z wolnego wybiegu, jaja, marchewka, mąka kukurydziana, przyprawy), kasza bulgur, sałatka z buraczków, kompot wieloowocowy.</p> <p style="text-align: center;">Śliwka</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7)</p> |
| 3 | <p>Zupa mleczna – płatki owsiane z rodzynkami, pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb wiejski), z masłem, pastą rybną (tuńczyk, ser ricotta) - wyrób własny, filetem z indyka parzonym (wyrób własny), ogórek zielony, papryka, herbata ziołowa.</p> <p>Dieta b/m: płatki owsiane z owocami.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(4),(7).</p> | <p>Sok z marchwi Bio i jabłka (wyrób własny)</p> | <p>Zupa ogórkowa (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: szyje z indyka, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, por, ziemniaki, śmietana, przyprawy).</p> <p>Placek z owocami (mąka, jaja, cukier, proszek do pieczenia, mango) - wyrób własny, napój miodowo-cytrynowy.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7),(9)</p> | <p>Schabik z pieca (schab wieprzowy, bułka tarta, mąka, jaja, przyprawy), kasza perłowa kuskus, surówka z kapusty pekińskiej z olejem, kompot wiśniowy.</p> <p style="text-align: center;">Kiwi</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7)</p> |
| 4 | <p>Bułka grahamka / bułka staropolska z masłem i twarogiem, z pieczenią rzymską (mięso wieprzowo-drobiowe, jaja, bułka, przyprawy) - wyrób własny, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek, kawa z mlekiem.</p> <p>Dieta b/m: herbata ziołowa.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7)</p> | <p>Pomarańcza</p> | <p>Krupnik jęczmienny z natką pietruszki (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcje rosółowe, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy).</p> <p>Wafle andruty, mus owocowy.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(9)</p> | <p>Filety rybne w chrupiącej panierce pieczone (filet z mintaja, mąka pszenna, olej, drożdże, skrobia ziemniaczana), ryż jaśminowy, mieszanka warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł), kompot truskawkowy.</p> <p style="text-align: center;">Borówka</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(4)</p> |
| 5 | <p>Zupa mleczna- płatki jęczmienne, pieczywo (chleb zwykły i chleb z żurawiną) z masłem, ze schabem pieczonym (wyrób własny), pastą guacamole (avocado, sok z limonki, cebulka, pomidor) - wyrób własny, sałata lodowa, ogórek kiszony, rzodkiewka, herbata ziołowa.</p> <p>Dieta b/m: płatki jęczmienne z owocami.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(7).</p> | <p>Gruszka</p> | <p>Zupa z fasolki szparagowej (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: szyje z indyka, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, cebula, koperek, śmietana, ziemniaki, przyprawy).</p> <p>Chrupki, purre z jabłek.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(7),(9)</p> | <p>Makaron z serem twarogowym (makaron zwykły i pełnoziarnisty, ser twarogowy, jogurt naturalny, cukier, truskawki), surówka z marchwi z ananasem, kompot porzeczkowy.</p> <p style="text-align: center;">Mandarynka</p> <p>Dieta b/m: makaron z filetem z indyka i warzywami.</p> <p style="text-align: center;">Alergeny: (1),(3),(7)</p> |

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Dieta bezmleczna:

I posiłek – do smarowania tłuszcz roślinny Flora, **III posiłek**- zupy bez dodatku śmietany, **IV posiłek**-surówki z dodatkiem oleju lub oliwy z oliwek.

Przyprawy: pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, bazylia, oregano, papryka, ocet jabłkowy, zioła prowansalskie, sól

| | I posiłek | II posiłek | III posiłek | IV posiłek |
|---|---|-------------------------------|---|---|
| 1 | Zupa mleczna – kasza manna, pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb razowy) z masłem, szynką pieczoną, serek ricotta, rzodkiew japońska, kielki słonecznika, ogórek zielony, żurawina, herbata owocowa. Dieta b/m: kasza manna z owocami. | Melon | Zupa pomidorowa z ryżem (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: szyje z indyka, marchew, seler, pietruszka, cebula, ryż, przecier pomidorowy, pomidory, śmietana, przyprawy). Chrupaki, serek smakowy mini. Dieta b/m: mus owocowy | Klopsik z cielęciny w sosie ziołowym (mięso cielęce, jaja, natka pietruszki, koper, cebula, śmietana, bułki, koper, przyprawy), ziemniaki puree, salata masłowa z jogurtem, kompot malinowy. Jablko Dieta b/m: klopsik z indyka. |
| | Alergeny: (1),(7),(10). | | Alergeny: (1),(3),(7),(9). | Alergeny: (1),(3),(7). |
| 2 | Pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb pełnoziarnisty) z masłem, jajem gotowanym, pastą mięsno - warzywną (szynka wieprzowa, włoszczyzna, przyprawy) – wyrób własny, pomidor cherry, rucola i szczypiorek, bawarka. Dieta b/m: herbata owocowa. | Gruszka | Barszcz czerwony zabieleny (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: szyje z indyka, marchew, seler, pietruszka, por, buraki, ziemniaki, śmietana, przyprawy). Ciasto – jabłecznik (mąka, jaja, tłuszcz roślinny, do cukier, proszek pieczenia, jabłka) - wyrób własny, napój z miętą. | Sznyceł drobiowy (pierś z kurczaka z wolnego wybiegu, jaja, bułka, przyprawy), kasza perłowa, surówka z kapusty białej z natką pietruszki i olejem z winogron, kompot wiśniowy. Mandarynka |
| | Alergeny: (1),(3),(7) | | Alergeny: (1),(3),(7),(9) | Alergeny: (1),(3). |
| 3 | Zupa mleczna - płatki jaglane, pieczywo mieszane z masłem , (chleb zwykły i chleb żytni), pastą humus (ciecierzyca, oliwa, przyprawy) - wyrób własny, pieczenią z indyka (pierś z indyka, udziec z indyka, jaja, przyprawy) – wyrób własny, rzodkiewka, papryka, herbata ziołowa. Dieta b/m: płatki jaglane z owocami. | Ananas | Rosół z makaronem (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcja rosółowa z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, por, makaron, natka pietruszki, przyprawy). Wafle zbożowo-ryżowe, kisiel malinowy (maliny, skrobia ziemniaczana, cukier) – wyrób własny. | Babka ziemniaczana z cukinią (ziemniaki, jaja, mąka kukurydziana, cukinia, por, przyprawy), ogórek kiszony/małosolny, kompot wieloowocowy. Truskawka |
| | Alergeny: (1),(3),(7). | | Alergeny: (1),(3),(9). | Alergeny: (1),(3). |
| 4 | Buleczka grahamka / bułka staropolska z masłem, dżemem owocowym (mango, jabłko) – wyrób własny, schabem gotowanym - (wyrób własny), pomidor, szczypiorek, kawa z mlekiem. Dieta b/m: herbata ziołowa. | Marchew eco, jablko (cząstki) | Zupa szczawiowo- szpinakowa (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: szyje z indyka, szczaw, szpinak, marchew, seler, pietruszka, por, śmietana, jaja, koper, przyprawy). Ciasteczka wieloziarniste (mąka orkiszowa, miód, jaja, ziarna: słonecznika, czarnuszki, siemię lniane) - wyrób własny, kefir z truskawkami. Dieta b/m: mus owocowy. | Paluszki rybne pieczone (filet z łososia, płatki kukurydziane, bułka, mąka pszenna, jaja) – wyrób własny, ryż, surówka z kapusty kiszonej z olejem z winogron, kompot agrestowy. Śliwka |
| | Alergeny: (1),(7). | | Alergeny: (1),(3),(7),(9). | Alergeny: (1),(3),(4). |
| 5 | Zupa mleczna – płatki ryżowe, pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb wileński) z masłem, pasztetem z królika (mięso z królika, włoszczyzna, jaja, bułka, przyprawy) - wyrób własny, ogórek zielony, rosponka i rzodkiewka, herbata owocowa. Dieta b/m: płatki ryżowe z owocami. | Borówka | Zupa krem – z kalafiora i batatów (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: szyje z indyka, kalafior, bataty, marchew, seler, pietruszka, dymka, śmietana, przyprawy). Galaretka owocowa (sok malinowy, agar, cukier) – wyrób własny, wafle andruty. | Kotlet jajeczny (jaja, bułka, szczypiorek, przyprawy), ziemniaki, fasolka szparagowa na parze z masłem, kompot porzeczkowy. Kiwi |
| | Alergeny: (1),(3),(7) | | Alergeny: (1),(7),(9). | Alergeny: (1),(3),(7) |

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Dieta bezmleczna:

I posiłek - do smarowania tłuszcz roślinny Flora, **III posiłek**- zupy bez dodatku śmietany, **IV posiłek**-surówki z dodatkiem oleju lub oliwy z oliwek.

Przyprawy: pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, bazyliia, oregano, papryka, ocet jabłkowy, ziota prowansalskie, sól.