



Jadłospis 02.04.2024-05.04.2024

Poniedziałek					
Wtorek	<p>Śniadanie Płatki ryżowe na mleku 100 ml, Pieczywo graham 35g, masło 2g, ser żółty 15g, rzodkiewka 15g, sałata 10g,</p> <p>(pszenica, mleko) DIETY BM/BJ/ BG mleko ryżowe, masło roślinne, chleb bezglutenowy, ser roślinny</p>	<p>Zupa Zupa wiosenna ryżem na wywarze jarskim 230 ml (seler)</p> <p>DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>II Danie Makaron z mąki Durum z sosem Napoli (pszenica) Brokuł na parze 80g DIETY BM/BJ/ BG Makaron bezglutenowy</p>	<p>Podwieczorek Jabłko 100g</p> <p>DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>KCAL: 825 BIAŁKO: 27,5g TŁUSZCZ: 23g WĘGL.: 119,8g</p>
Środa	<p>Śniadanie Jaglanka na mleku 100g, chleb pszenno-żytni 35g, masło 2g, jajecznicza 30g, , sałata lodowa 10g pomidor 10g,(mleko, gluten, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Humus paprykowy, mleko ryżowe, masło roślinne, chleb bezglutenowy, szynka bez jaj, mleka, glutenu</p>	<p>Zupa Ogórkowa z ziemniakami na wywarze jarskim 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>II Danie Kotlet z piersi kurczaka panierowany 80g, ziemianki 100g, buraczki z jabłkiem 80g (jajka, pszenica) DIETY BM/BJ/ BG Kotlet bez panierki</p>	<p>Podwieczorek Twarożek z rzodkiewką 30 g, bułka weka 30g, Sałata masłowa 10g (mleko)</p> <p>DIETY BM/BJ/ BG Twarożek roślinny, bezglutenowy</p>	<p>KCAL: 814 BIAŁKO: 28,1 g TŁUSZCZ: 24,9 WĘGL.: 112,1g</p>
Czwartek	<p>Śniadanie Płatki owsiane z jogurtem naturalnym i żurawiną na mleku 50g, humus 30g, ogórek kiszony 20g, sałata 10g, chleb graham 35g, masło 2 g,(mleko, pszenica,) DIETY BM/BJ/ BG mleko ryżowe, masło roślinne, chleb bezglutenowy</p>	<p>Zupa Barszcza biały z ziemniakami na wywarze jarskim (seler, pszenica, żyto) 230 ml</p> <p>DIETY BM/BJ/ BG Barszcz bezglutenowy(jaglany)</p>	<p>II Danie Naleśniki z twarogiem 130g(mleko, jaja) Polewa z owoców leśnych 80 DIETY BM/BJ/ BG Ciasto na wodzie bez jaj, twarożek roślinny</p>	<p>Podwieczorek Banan 100g</p> <p>DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>KCAL: 825 BIAŁKO: 25,9g TŁUSZCZ: 28,9g WĘGL.: 118,8g</p>
Piątek	<p>Śniadanie Mleko 100g, szynka drobiowa 30g, ogórek kiszony 20g, sałata 10g, chleb graham 35g, masło 2 g,(mleko, pszenica) DIETY BM/BJ/ BG mleko ryżowe, masło roślinne, chleb bezglutenowy,</p>	<p>Zupa Pomidorowa z kluskami lanymi (seler, pszenica, jaja)230 ml</p> <p>DIETY BM/BJ/ BG Makaron bezglutenowy</p>	<p>II Danie Paluszki rybne (dorsz) (ryba, jaja, pszenica) 80g, ziemniaki 100g, kapusta kiszona z marchewka, jabłkiem, natka pietruszki i oliwą 80g DIETY BM/BJ/ BG Ryba bez panierki</p>	<p>Podwieczorek Gruszka 100g</p> <p>DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>KCAL: 815 BIAŁKO: 22,9g TŁUSZCZ: 23,9g WĘGL.: 116,8g</p>

Woda jest podawana dzieciom do każdego posiłku jak również pomiędzy posiłkami.

W przypadku niedostępności produktu, catering zastrzega sobie prawo do wysłania zamiennika lub zmiany posiłku.



Jadłospis II 08.04.2024-12.04.2024

Poniedziałek	<p>Śniadanie Owsianka na mleku z bananem 100 g, Pieczywo żytnie 35g, masło 2g, szynka biała 15g, rzodkiewka 15g, kiełki brokołu (żyto, pszenica, mleko, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, chleb bezglutenowy, mleko owsiane, szynka bez jaj, mleka, glutenu</p>	<p>Zupa Zupa szczawiowa z ryżem na wywarze jarskim 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>II Danie Makaron z mąki Durum z sosem bolognese 130g(pszenica) Kalafior na parze 80g DIETY BM/BJ/ BG Makaron bezglutenowy</p>	<p>Podwieczorek Banan 90g Chrupki kukurydziane 5g DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>KCAL: 825 BIAŁKO: 27,5g TŁUSZCZ: 29,4g WĘGL.: 122,8g</p>
Wtorek	<p>Śniadanie Inka na mleku 100 g, chleb pszenno-żytni 35g, masło 2g, żywiecka parzona 15g, rzodkiewka 15g, kiełki brokołu 5g (żyto, pszenica, mleko) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, chleb bezglutenowy, mleko owsiane, szynka bez jaj, mleka, glutenu</p>	<p>Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarskim 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>II Danie Gulasz (indyk/szynka) 80/30g Kasza gryczana niepalona 50g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką, jabłkiem, natką pietruszki i oliwą 80g DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>Podwieczorek Maślanka truskawkowa 50g (mleko) DIETY BM/BJ/ BG Jogurt roślinny</p>	<p>KCAL: 836 BIAŁKO: 28,5g TŁUSZCZ: 24,4g WĘGL.: 113,8g</p>
Środa	<p>Śniadanie Mleko z miodem 100g/3gl, chleb pszenno-żytni 35g, masło 2g, klops pieczony 15g(wyrób własny), sałata lodowa 10g pomidor 10g,(mleko, pszenica,żyto jaja) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, szynka bez glutenu, mleka, jaj, chleb bezglutenowy, mleko owsiane</p>	<p>Zupa Krem z białych warzyw z nasionami dyni na wywarze jarskim 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>Danie Kurczak pieczony w ziołach 80g, Ryż brązowy 50g, Surówka Colesław z oliwą 80g DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>Podwieczorek Serek waniliowy 80g Pomarańcza 80g (mleko) DIETY BM/BJ/ BG Jogurt roślinny, bezglutenowy</p>	<p>KCAL: 810 BIAŁKO: 26,5 TŁUSZCZ: 26,9 WĘGL.:119,8</p>
Czwartek	<p>Śniadanie Kasza jagłana na mleku z żurawiną 100 g, Jajko na twardo 60g, ogórek kiszony 20g, sałata 10g, chleb graham 35g, masło 2 g,(mleko, pszenica, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, mleko owsiane, szynka bez glutenu, mleka, jaj, chleb bezglutenowy</p>	<p>Zupa Zupa krupnik na wywarze jarskim 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>II Danie Kopytka polane prażoną bułką tartą 120g /5g Kefir 50g Marchewka z selerem i jabłkiem z oliwą 80g (pszenica, jaja, mleko,seler) DIETY BM/BJ/ BG Kopytka bez jaj, jogurt roślinny</p>	<p>Podwieczorek Kisiel z tartym jabłkiem 100ml(gluten) DIETY BM/BJ/ BG Kisiel bezglutenowy</p>	<p>KCAL: 825,9 BIAŁKO: 28,9g TŁUSZCZ: 28,2g WĘGL.: 125,8g</p>
Piątek	<p>Śniadanie Kakao na mleku 100g, powidła śliwkowe 20g, chleb graham 35g, masło 5g, mandarynka 30g(mleko, pszenica) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, chleb bezglutenowy,</p>	<p>Zupa Rosół z makaronem jajecznym (kurczak bez skóry)230 ml (seler, jaja,gluten) DIETY BM/BJ/ BG Makaron bezjajeczny, bezglutenowy</p>	<p>II Danie Ryba po grecku(Dorsz) 100g Ziemniaki 100g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłek z oliwą, posypane nasionami słonecznika 80g(ryba) DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>Podwieczorek Gruszka 100g DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>KCAL: 819 BIAŁKO: 27,9 g TŁUSZCZ: 25,9g WĘGL.: 128,8g</p>

Woda jest podawana dzieciom do każdego posiłku jak również pomiędzy posiłkami.

W przypadku niedostępności produktu, catering zastrzega sobie prawo do wysłania zamiennika lub zmiany posiłku.

Jadłospis III 15.04.2024-19.04.2024

Poniedziałek	Śniadanie Płatki kukurydziane na mleku 100 g, Pieczywo żytnie (pszenica, żyto) 35g, masło 2g, ser żółty 15g, (mleko), pomidor 20g, sałata 10g DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, chleb bezglutenowy, ser roślinny, bezglutenowy, mleko ryżowe	Zupa Kalafiorowa z ziemniakami na wywarze jarskim 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG	II Danie Ryz zapiekany z jabłkiem i cynamonem 150 g, jogurt naturalny z miodem 80g, marchewka tarta 60g (mleko) DIETY BM/BJ/ BG Jogurt roślinny, bezglutenowy	Podwieczorek Banan 100g DIETY BM/BJ/ BG	KCAL: 821 BIAŁKO: 28,1g TŁUSZCZ: 22,4g WĘGL.: 130,2g
Wtorek	Śniadanie Musli z jogurtem naturalnym 100 g, Pieczywo graham 35g, masło 2g, szynka drobiowa 15g, rzodkiewka 15g, sałata 10g (pszenica, mleko, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Jogurt roślinny/chleb bezglutenowy/ masło roślinne/ szynka bez jajek, mleka, glutenu	Zupa Zupa z fasolki szparagowej żółtej z ziemniakami na wywarze jarskim 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG	II Danie Kotlety mielone(indyk, szynka) 80g ziemniaki 100g, marchewka groszkiem 80g (jaja,pszenica) DIETY BM/BJ/ BG Kotlety bez jajek, bułki tartej	Podwieczorek Maślanka truskawkowa 80g, Pieczywo chrupkie 2szt (mleko) DIETY BM/BJ/ BG jogurt roślinny, bezglutenowy	KCAL: 823 BIAŁKO: 27,3g TŁUSZCZ: 29,4g WĘGL.: 120,8g
Środa	Śniadanie Twarożek waniliowy z brzoskwinia 40g, chleb pszenno-żytni 30g, masło 2g, schab pieczony 15g, sałata lodowa 10g pomidor 10g,(mleko, gluten, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, szynka bez glutenu, mleka, jaj, chleb bezglutenowy, twarożek roślinny	Zupa Zupa krem z marchewki z ziarnami stonecznika na wywarze jarskim 230 ml (seler,gluten) DIETY BM/BJ/ BG Grzanki bezglutenowe	II Danie Risotto jarskie 120g (seler) DIETY BM/BJ/ BG	Podwieczorek Bułka weka z powidłami śliwkowymi 60g/10g (pszenica) DIETY BM/BJ/ BG Pieczywo bezglutenowe, powidła bezglutenowe	KCAL: 886 BIAŁKO: 24,1 TŁUSZCZ: 29,1 WĘGL.: 123,1
Czwartek	Śniadanie Ryz na mleku 100g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem i jogurtem 30g, ogórek kiszony 20g, sałata 10g, chleb pszenno- żytni) 35g, masło 2 g,(mleko, pszenica, żyto, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, mleko ryżowe, szynka bez glutenu, mleka, jaj, chleb bezglutenowy, humus	Zupa Rosół z makaronem jajecznym (kurczak bez skóry)230 ml (seler, pszenica, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Makaron bezjajeczny, bezglutenowy	II Danie Eskalopki z kurczaka w sosie porowym 80g Kasza pęczak 30g, surówka z selera i brzoskwini z jogurtem naturalnym 80g (mleko,seler) DIETY BM/BJ/ BG Jogurt roślinny	Podwieczorek Jabłko 100 g DIETY BM/BJ/ BG	KCAL: 833 BIAŁKO:28,9g TŁUSZCZ: 28,9g WĘGL.: 121,8g
Piątek	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 130 ml, dżem truskawkowy 15g, chleb graham 30g, jabłko pomarańcza 100g (mleko, pszenica) DIETY BM/BJ/ BG chleb bezglutenowy, dżem bezglutenowy, mleko ryżowe, masło roślinne	Zupa Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze jarskim (seler) 230 ml DIETY BM/BJ/ BG	II Danie Pulpety rybne (Dorsz) w sosie porowym, Ziemniaki 100g, Surówka z kiszanej kapusty z marchewką, jabłkiem, natką pietruszki i oliwą 80g (ryba, jaja, pszenica) DIETY BM/BJ/ BG Ryba bez panierki	Podwieczorek Pieczywo chrupkie 2szt, kakao na mleku 100g (mleko, pszenica, żyto) DIETY BM/BJ/ BG Pieczywo bezglutenowe, mleko roślinne	KCAL: 821 BIAŁKO: 28,1 g TŁUSZCZ: 22,9g WĘGL.: 123,8g

Woda jest podawana dzieciom do każdego posiłku jak również pomiędzy posiłkami.

W przypadku niedostępności produktu, catering zastrzega sobie prawo do wysłania zamiennika lub zmiany posiłku.



Jadłospis IV 22.04.2024-26.04.2024

Poniedziałek	<p>Śniadanie Kasza jaglana na mleku 100g Pieczywo żytnie (pszenica, żyto) 35 g, masło 2g, ser żółty 15g, (mleko), pomidor 20g, sałata 10g DIETY BM/BJ/ BG/PZ Masło roślinne, chleb bezglutenowy, ser roślinny, bezglutenowy, mleko ryżowe</p>	<p>Zupa Delikatna zupa meksykańska z mięsem mielonym (szynka) 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>II Danie Makaron z mąki Durum ze szpinakiem i serem feta 230g Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem, marchewką i oliwą 70g DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>Podwieczorek Banan 80g DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>KCAL: 821 BIAŁKO: 28,5g TŁUSZCZ: 26,4g WĘGL.: 129,2g</p>
Wtorek	<p>Śniadanie Płatki ryżowe na mleku 100 g, Pieczywo graham 35g, masło 2g, krakowska parzona 15g, rzodkiewka 15g, sałata 10g (pszenica, mleko, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Jogurt roślinny/chleb bezglutenowy/ masło roślinne/ szynka bez jajek, mleka, glutenu</p>	<p>Zupa Pomidorowa z kluskami lanymi wywarze jarskim 230 ml (seler, pszenica, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Makaron bezglutenowy, bezjajeczny</p>	<p>II Danie Bitki w sosie własnym (szynka) 80g Ryż brązowy 30g Ogórki kiszzone ze szczypiorkiem i oliwą 80g DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>Podwieczorek Chałka z miodem 100 g/5g (pszenica) DIETY BM/BJ/ BG Pieczywo bezglutenowe</p>	<p>KCAL: 835 BIAŁKO: 28,3g TŁUSZCZ: 27,4g WĘGL.: 127,8g</p>
Środa	<p>Śniadanie Twarożek śmietankowy 30g, chleb pszenno-żytni 35g, masło 2g, schab pieczony 15g, sałata lodowa 10g pomidor 10g, (mleko, pszenica, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, szynka bez glutenu, mleka, jaj, chleb bezglutenowy, twarożek roślinny</p>	<p>Zupa Zupa koperkowa z ziemakami na wywarze jarskim 230 ml (seler) DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>II Danie Pierogi z mięsem okraszane cebulką 180g, kefir 80g, brokuł na parze 80g (jaja, pszenica) DIETY BM/BJ/ BG Kopytka bez glutenowe, bez jajek</p>	<p>Podwieczorek Jabłko 40g pomarańcza 40g DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>KCAL: 986 BIAŁKO: 36,5 TŁUSZCZ: 29,9 WĘGL.: 141,1</p>
Czwartek	<p>Śniadanie Ryż na mleku 200 ml, jajecznica ze szczypiorkiem 30g, ogórek kiszony 20g, sałata 10g, chleb graham 30g, masło 2 g, (mleko, pszenica, żyto, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Masło roślinne, mleko ryżowe, szynka bez glutenu, mleka, jaj, chleb bezglutenowy</p>	<p>Zupa Rosół z makaronem jajecznym (kurczak bez skóry) 230 ml (seler, pszenica, jaja) DIETY BM/BJ/ BG Makaron bezjajeczny, bezglutenowy</p>	<p>II Danie Kotlet schabowy panierowany 80g Ziemniaki 100g Buraczki z oliwą 80g (jaja, pszenica) DIETY BM/BJ/ BG Kotlet bez panierki</p>	<p>Podwieczorek Sałatka owocowa z jogurtem naturalnym (banan, jabłko, mandarynka) 100g (mleko) DIETY BM/BJ/ BG Jogurt roślinny</p>	<p>KCAL: 826 BIAŁKO: 28,9g TŁUSZCZ: 29,9g WĘGL.: 128,8g</p>
Piątek	<p>Śniadanie Kakao na mleku 130 ml, dżem truskawkowy niskosłodzony 15g, chleb graham 30g, gruszka 60g (mleko, gluten) DIETY BM/BJ/ BG chleb bezglutenowy, dżem bezglutenowy, mleko ryżowe, masło roślinne</p>	<p>Zupa Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze jarskim (seler) 230 ml DIETY BM/BJ/ BG</p>	<p>II Danie Pulpet rybny (Dorsz) w sosie koperkowym, kasza jęczmienna 50g Surówka z kwaszonej kapusty, marchewki, jabłka z oliwą 80g (ryba, jęczmień) DIETY BM/BJ/ BG Kasza jaglana</p>	<p>Podwieczorek Sałatka owocowa z jogurtem naturalnym 100 ml, Wafle ryżowe 1szt (mleko) DIETY BM/BJ/ BG jogurt roślinny</p>	<p>KCAL: 835 BIAŁKO: 29,9 g TŁUSZCZ: 24,9g WĘGL.: 12,8g</p>

Woda jest podawana dzieciom do każdego posiłku jak również pomiędzy posiłkami.

W przypadku niedostępności produktu, catering zastrzega sobie prawo do wysłania zamiennika lub zmiany posiłku.