

Jadłospis Żłobka od 01.10.2018

	I posiłek	II posiłek	III posiłek	IV posiłek
1	Zupa mleczna - płatki ryżowe, pieczywo mieszane (chleb domowy mieszany i chleb zwykły) z masłem, pasztetem pieczonym i pomidorem. Dieta b/m: herbata owocowa.	Jabłko	Krupnik z ziemniakami i natką pietruszki (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: kości wieprzowe, kasza jęczmienna, marchew, seler, natka pietruszki, cebula, ziemniaki, przyprawy) Paleczki ptysiowe, woda z pomarańczą. Dieta b/m: paluszki juniorki	Kotlet pożarski z indyka (udziec z indyka, marchew, jaja, natka pietruszki, cebula, śmietana, przyprawy), ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej w sosie winegret, kompot wieloowocowy. Śliwka
	Alergeny: (1),(7)		Alergeny: (1),(3),(7),(9)	Alergeny: (1),(3),(7)
2	Buleczka staropolska z masłem i twarożkiem waniliowym (twaróg, cukier waniliowy, cukier, masło) , jabłko, herbata z cytryną. Dieta b/m: buleczka z masłem i polędwicą swojską z pomidorem	Banan	Zupa pomidorowa z ryżem (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcja rosółowa, marchew, seler, pietruszka, cebula, ryż, przecier pomidorowy, śmietana, przyprawy). Drożdżówka z masłem, woda z miętą. Dieta b/m: andruty	Filet z kurczaka w sosie śmietanowym , (filet z kurczaka, cebula, marchew, seler, pietruszka, śmietana, przyprawy), kasza kuskus, surówka z pora z marchewką i jabłkiem, kompot porzeczkowy. Winogrona rodzynkowe Dieta b/m: filet z kurczaka z warzywami
	Alergeny: (1),(7)		Alergeny: (1),(3),(7),(9)	Alergeny: (1),(3),(7)
3	Zupa mleczna- płatki jęczmienne, pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb żytni z ziarnami) z masłem, wędliną drobiową, ogórkiem zielonym. Dieta b/m: herbata miętowa z cytryną.	Gruszka	Zupa z kalarepy (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcja rosółowa, kalarepa, marchew, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki, przyprawy), krakersiki, kisielek do picia.	Pieczonka wieprzowa rzymska (łopatka wieprzowa, bułka tarta, jaja, cebula, przyprawy) ziemniaki z koperkiem, jarzynka z buraczków, kompot agrestowy. Nektarynka
	Alergeny: (1),(7)		Alergeny: (1),(9)	Alergeny: (1),(7),(9)
4	Pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb z ziarnami soi) z masłem, polędwicą swojską, rzodkiewką i szczypiorkiem, kawa inka z mlekiem. Dieta b/m: herbata z cytryną.	Sok przecierowy (jabłko, marchew, pomarańcza) wyrób własny	Zupa z soczewicy z ziemniakami (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: kości wieprzowe, soczewica, marchew, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki, przyprawy). Biszkopty, woda z cytryną.	Gulasz wieprzowy z warzywami (łopatka wieprzowa, marchew, seler, pietruszka, groszek, cebula, przyprawy), kasza bulgur, surówka z ogórka kiszzonego, marchewki, kukurydzy i czerwonej cebulki z olejem, kompot porzeczkowy. Pomarańcza
	Alergeny: (1),(6),(7)		Alergeny: (1),(3),(7),(9)	Alergeny: (1),(9)
5	Zupa mleczna- makaron, pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb mieszany z żurawiną) z masłem, kielbasą krakowską suchą, serem żółtym i papryką. Dieta b/m: herbata owocowa.	Brzoskwinia	Zupa pomarańczowa krem z dyni (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcja rosółowa, dynia, marchew, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki, śmietana, przyprawy). Ciastowyrób własny , woda mineralna. Dieta b/m: chrupaki pszenno-kukurydziane	Kotlet z ryby (filet z morszczuka, bułka, jajka, cebula, marchew, przyprawy), ziemniaki, surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i oliwą z oliwek, kompot owocowy. Jabłko
	Alergeny: (1),(7),(10)		Alergeny: (1),(3),(7),(9)	Alergeny: (1),(3),(4)

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 masło roślinne, **III posiłek**-zupy bez dodatku śmietany, **IV posiłek**-surówki z dodatkiem oleju lub oliwy z oliwek.

Przyprawy: pieprz naturalny, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, bazylia, oregano, papryka, kwas cytrynowy, zioła prowansalskie, sól

Dla dzieci poniżej pierwszego roku życia wszystkie posiłki są miksowane wg potrzeb, podawane są też kaszki mleczno-ryżowe i deserki w słoiczkach

	I posiłek	II posiłek	III posiłek	IV posiłek
1	Pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb z nasionami chia) z masłem, połędwicą drobiową, rzodkiewką i szczypiorkiem, kawa inka z mlekiem. Dieta b/m: herbata miętowa z cytryną.	Jabłko	Zupa ogórkowa z ziemniakami (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: kości wieprzowe, ogórek kiszony, marchew, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki, śmietana, przyprawy). Drożdżówka z masłem, woda z pomarańczą. Dieta b/m: wafle kukurydziane	Kuleczki wieprzowe w sosie koperkowym (łopatka wieprzowa, bułka, jaja, cebula, koperek, marchew, seler, przyprawy) kasza jęczmienna, kapusta czerwona z rodzynkami i majonezem, kompot porzeczkowy. Brzoskwinia
	Alergeny: (1),(7)		Alergeny: (1),(3),(7),(9)	Alergeny: (1),(3),(9)
2	Zupa mleczna – płatki owsiane górskie, pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb z ziarnami soi) z masłem, szynką wędzoną i papryką. Dieta b/m: herbata owocowa	Śliwka	Rosół z makaronem i natką pietruszki (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: kurczak, porcja rosółowa, makaron, marchew, seler, pietruszka, cebula, natka pietruszki, przyprawy). Paluszki juniorki, woda z miętą	Udka z kurczaka w potrawce (mięso z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, cebula, mąka kukurydziana, żółtko jaja kurzego, przyprawy) ryż, marchewka z groszkiem, kompot owocowy. Gruszka
	Alergeny: (1),(6),(7)		Alergeny: (1),(9)	Alergeny: (1),(3),(9)
3	Chleb zwykły z masłem, pastą rybną z jajkiem (makreła wędzona, jajka, masło) i ogórkiem kiszonym, kawa inka z mlekiem. Dieta b/m: herbata z cytryną.	Banan	Barszcz czerwony z ziemniakami (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcja rosółowa, buraki, marchew, seler, pietruszka, cebula, śmietana, przyprawy). Chrupki kukurydziane, woda z cytryną.	Kotlet schabowy (schab wieprzowy, bułka tarta, jaja, olej, przyprawy) ziemniaki, surówka z białej kapusty z marchewką i oliwą z oliwek, kompot agrestowy. Jabłko
	Alergeny: (1),(3),(4),(7)		Alergeny: (7),(9)	Alergeny: (1),(3)
4	Zupa mleczna - kasza manna, bułeczka staropolska z masłem, żółtym serem i pomidorem. Dieta b/m: kanapka z masłem roślinnym, wędliną i pomidorem, herbata z cytryną.	Sok przecierowy (jabłko, marchew, banan) wyrób własny	Zupa porowa krem (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcja rosółowa, por, marchew, seler, pietruszka, cebula, serek topiony, śmietana, ziemniaki, przyprawy). Pączki, kisielek do picia. Dieta b/m: wafle ryżowe	Kotlet mielony (łopatka wieprzowa, bułka tarta, jaja, cebula, przyprawy) ziemniaki, surówka wielowarzywna, kompot owocowy Śliwka
	Alergeny: (1),(7)		Alergeny: (1),(3),(7),(9)	Alergeny: (1),(3)
5	Pieczywo mieszane (chleb zwykły i chleb wileński) z masłem, kielbasą żywiecką, jajkiem, ogórkiem zielonym i papryką, kawa inka z mlekiem. Dieta b/m: herbata owocowa.	Nektarynka	Zupa jarzynowa z ziemniakami (wywar na bazie włoszczyzny w zmiennych proporcjach: porcja rosółowa, kalafior, groszek zielony, cukinia, marchew, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki, śmietana, przyprawy). Chrupaki pszenno-ryżowe, woda mineralna	Naleśniki z serem (mąka, mleko, jaja, twaróg, cukier, cukier waniliowy) surówka z marchewki i ananasa, kompot porzeczkowy. Winogrona rodzynkowe Dieta b/m: naleśniki z musem jabłkowym
	Alergeny: (1),(3),(7),(10)		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 masło roślinne, **III posiłek** - zupy bez dodatku śmietany, **IV posiłek** - surówki z dodatkiem oleju lub oliwy z oliwek.

Przyprawy: pieprz naturalny, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, bazylia, oregano, papryka, kwasek cytrynowy, zioła prowansalskie, sól.

Dla dzieci poniżej pierwszego roku życia wszystkie posiłki są miksowane wg potrzeb, podawane są też kaszki mleczno-ryżowe i deserki w słoiczkach