

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 23.05.2022 DO 03.06.2022

Ile dni:	10
Termin rozpoczęcia:	2022-05-23
Posiłki:	1. I śniadanie 2. II śniadanie 3. obiad 4. podwieczerek
Przypisana grupa żywieniowa:	Nazwa grupy: PRZEDSZKOLE (grupa)
Norma na energię dla podanej grupy:	1196.49 Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	75%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów: 55%, białka: 15%, tłuszczów: 30%

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2022-05-23

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczerek
<ol style="list-style-type: none"> 1. Płatki kukurydziane z mlekiem 2% 2016 154.42g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 80%, Płatki kukurydziane 20% 2. Chleb pszenno-żytni ze słonecznikiem 40.70g (Zboża zawierające gluten) 3. Masło śmietankowe 3.49g (Mleko, łącznie z laktozą) 4. Polędwica sopocka 17.44g 5. Pomidor 17.44g 6. Szczypiorek 2.33g 7. Herbata owocowa 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata owocowa 1%, Cukier 0% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melon 80.00g 2. Orzechy laskowe 3.49g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zupa koperkowa z ziemniakami 209.30g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 46%, Skrzydło indyka 10%, Marchew 10%, Śmietana 18% tłuszczu 6%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 6%, Pietruszka korzeń 5%, Seler korzeniowy 5%, Por 5%, Koper ogrodowy 5% 2. Łazanki 2016 162.79g (Zboża zawierające gluten) składniki: Kapusta biała 23%, Kapusta kwaszona 23%, Wieprzowina szynka surowa 23%, Makaron bezglutenowy 15%, Cebula 8%, Kielbasa krakowska sucha 8%, Pieprz czarny MIELONY 0% 3. Kompot z owoców mieszanych 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chalki zdobne 40.70g (Zboża zawierające gluten) 2. Masło śmietankowe 3.49g (Mleko, łącznie z laktozą) 3. Dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 17.44g 4. Woda z cytryną 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Cytryna 4%

Dzień: 2 - Wtorek, 2022-05-24

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% Chleb żytni pełnoziarnisty 59.57g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 3.57g (Mleko, łącznie z laktozą) Pasta z indyka 2016 29.76g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 69%, Marchew 14%, Pietruszka korzeń 14%, Oliwa z oliwek 2%, Czosnek 0%, Ziele angielskie MIELONE 0%, Majeranek suszony 0%, Pieprz czarny MIELONY 0% Rzodkiew biała 17.86g 	<ol style="list-style-type: none"> Jabłko 59.52g Orzechy włoskie 7.14g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa krem z marchwi 2016 214.29g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 52%, Marchew 37%, Pietruszka korzeń 4%, Seler naciowy 4%, Por 4%, Pieprz czarny MIELONY 0% Zacierka jajeczna 14.29g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) Kotlet mielony z kury. smażony 2016 53.57g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Kura tuszka 70%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 8%, Bulki pszenne zwykłe 7%, Bulka tarta 3%, Żółtka jaja kurzego 2% Ziemniaki puree z koperkiem 101.19g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Ziemniaki średnio 91%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%, Koper ogrodowy 3%, Masło ekstra 1% Buraki gotowane doprawiane 2016 59.52g (Zboża zawierające gluten) składniki: Burak 94%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Cukier 1%, Mąka pszenna typ 500 1% Woda z cytryną 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Cytryna 4% 	<ol style="list-style-type: none"> Budyń domowy o smaku waniliowym 2016 142.86g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 83%, Skrobia ziemniaczana 8%, Masło ekstra 3%, Cukier 2%, Mąka pszenna typ 500 2%, Cukier z prawdziwą wanilią S 1% Mus wiśniowy 11.90g składniki: Wiśnie mrożone bez pestek HORTEX 91%, Cukier 9% Herbata czarna z cytryną 200.00g składniki: Woda wodociągowa 97%, Cytryna 2%, Cukier 1%

Dzień: 3 - Środa, 2022-05-25

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kakao naturalne o obniżonej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2% Chleb wieloziarnisty. 45.70g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 3.49g (Mleko, łącznie z laktozą) Parówki jedyneczki indykpol premium 34.88g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne) Ogórek zielony 17.44g 	<ol style="list-style-type: none"> Gruszka 69.77g Orzechy włoskie 3.98g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> Rosół z makaronem. 209.30g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Kurczak tuszka 25%, Marchew 20%, Pietruszka korzeń 20%, Seler korzeniowy 20%, Makaron bezjajeczny 9%, Cebula 2%, Pietruszka liście 2%, Por 1%, Pieprz czarny MIELONY 0% Schab duszony w warzywach 75.58g składniki: Schab wieprzowy bez kości 58%, Włoszczyzna krojona w paski mrożona 18%, Groszek zielony 11%, Cebula 7%, Olej rzepakowy tłoczony na zimno 5% Ziemniaki z koperkiem 98.84g składniki: Ziemniaki średnio 97%, Koper ogrodowy 3% Surówka coleslaw. 58.14g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Kapusta biała 72%, Marchew 14%, Cebula 7%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 4%, 100% sok z cytryny S 1%, Cukier 1% Kompot z owoców mieszanych 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11% 	<ol style="list-style-type: none"> Domowy serek owocowy 151.16g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Owoc S 61%, Ser twarogowy półtłusty 27%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 12% Biszkopty okrągłe 10.44g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) Lemoniada 2016 200.00g składniki: Woda do picia 68%, Cytryna 22%, Miód pszczeli 7%, Mięta świeża 3%

Dzień: 4 - Czwartek, 2022-05-26

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kawa inka na mleku 3,2% bez cukru 2016 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% Chleb żytni jasny 54.22g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 4.82g (Mleko, łącznie z laktozą) Szynka delikatesowa z kurcząt 20.48g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne) Roszonka warzywna 3.61g Pomidor 18.07g Szczypiorek 3.61g 	<ol style="list-style-type: none"> Jabłko 72.29g Orzechy laskowe 6.64g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> Barszcz czerwony niezabielany z ziemniakami 2016 228.92g składniki: Ziemniaki średnio 63%, Burak 22%, Marchew 9%, Por 3%, Cytryna 2%, Koper ogrodowy 0%, Pieprz czarny MIELONY 0% Krokiety z mięsem 108.43g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina szynka surowa 38%, Mąka pszenna typ 500 17%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 16%, Cebula 11%, Olej rzepakowy uniwersalny 6%, Jaja kurze całe 6%, Bulka tarta 5%, Majeranek suszony 1% Kompot z owoców mieszanych 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11% 	<ol style="list-style-type: none"> Kisiel domowy o smaku malinowym 2016 204.82g składniki: Woda wodociągowa 60%, Maliny mrożone 36%, Cukier 2%, Skrobia ziemniaczana 1%, 100% sok z cytryny S 0% Wafle ryżowe naturalne sonko 18.07g Lemoniada 2016 200.00g składniki: Woda do picia 68%, Cytryna 22%, Miód pszczeli 7%, Mięta świeża 3%

Dzień: 5 - Piątek, 2022-05-27

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kakao naturalne o obniżonej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2% Chleb wieloziarnisty. 47.06g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 3.53g (Mleko, łącznie z laktozą) Pasta z makreli z koperkiem 2016 23.53g (Jaja i produkty pochodne, Ryba, Gorczyca i produkty pochodne) składniki: Makrela wędzona 83%, Majonez Kielecki 13%, Koper ogrodowy 3%, Pieprz czarny MIELONY 1% Ogórek kwaszony 11.76g 	<ol style="list-style-type: none"> Banan 64.71g Orzechy włoskie 6.88g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa brokułowa z ziemniakami 2016 221.76g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 34%, Brokuły 24%, Porcja rosółowa z kurczaka 12%, Marchew 12%, Pietruszka korzeń 6%, Seler korzeniowy 6%, Por 6%, Pieprz czarny MIELONY 0% Pierogi z serem twarogowym 2016 82.35g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Ser twarogowy tłusty 52%, Mąka pszenna typ 500 26%, Cukier 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 6%, Żółtka jaja kurzego 4%, Jaja kurze całe 2% Tarta marchewka z jabłkiem 2016 58.82g składniki: Marchew 49%, Jabłko 49%, Cukier 3% Rodzynki suszone 7.06g Woda z cytryną 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Cytryna 4% 	<ol style="list-style-type: none"> Chleb żytni jasny 48.18g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 3.53g (Mleko, łącznie z laktozą) Pasztet warzywny 2016 17.65g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) składniki: Marchew 39%, Seler korzeniowy 26%, Pietruszka korzeń 13%, Cebula 11%, Bulki pszenne zwykłe 7%, Jaja kurze całe 4% Papryka czerwona 17.65g Herbata miętowa z cytryną 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 97%, Cytryna 1%, Cukier 1%, Herbata miętowa 1%

Dzień: 6 - Poniedziałek, 2022-05-30

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kakao naturalne o obniżonej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2% Chleb żytni jasny 53.06g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 3.53g (Mleko, łącznie z laktozą) Pasta z sera żółtego 2016 20.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne) składniki: Ser żółty gouda S 66%, Szczypiorek 13%, Musztarda 10%, Majonez dekoracyjny WINIARY 10%, Pieprz czarny MIELONY 1% Roszonka warzywna 4.71g Ogórek 17.65g 	<ol style="list-style-type: none"> Jabłko 70.59g Orzechy włoskie 9.41g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa kalafiorowa z ziemniakami 2016 235.29g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Kalafior mrożony 43%, Ziemniaki średnio 29%, Włoszczyzna mrożona paski HORTEX 22%, Śmietana 18% tłuszczu 6%, Masło ekstra 1% Naleśniki z serem białym i musem truskawkowym 2016 176.47g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 35%, Mąka pszenna typ 550 19%, Ser twarogowy półtłusty 14%, Jabłko 9%, Truskawki 9%, Jaja kurze całe 5%, Cukier 5%, Olej rzepakowy uniwersalny 3% Woda z cytryną 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Cytryna 4% 	<ol style="list-style-type: none"> Sok marchwiowy 200.00g Chrupki kukurydziane 17.65g

Dzień: 7 - Wtorek, 2022-05-31

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Płatki gryczane z mlekiem 2% tłuszczu 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 92%, Płatki gryczane S 8% Chleb pszenno-żytni ze słonecznikiem 40.70g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 4.65g (Mleko, łącznie z laktozą) Schab gotowany 19.77g (Mleko, łącznie z laktozą, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne, Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, Nasiona sezamu i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne) Pomidor 17.44g Kielki brokułu 3.49g Herbata czarna z cytryną 200.00g składniki: Woda wodociągowa 97%, Cytryna 2%, Cukier 1% 	<ol style="list-style-type: none"> Banan 58.14g Orzechy włoskie 9.30g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z makaronem. 209.30g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Marchew 47%, Pietruszka korzeń 23%, Makaron bezglutenowy 8%, Śmietana 18% tłuszczu 7%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 7%, Koncentrat pomidorowy 30% 3%, Cebula 2%, Masło ekstra 1%, Pietruszka liście 0% Pulpety z kaszy jaglanej z mięsem i warzywami 127.91g składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry 31%, Marchew 31%, Pomidory krojone Dawtona 19%, Cukinia 8%, Kasza jaglana 4%, Pietruszka liście 4%, Olej z pierwszego tłoczenia Kujawski 4% Ziemniaki z koperkiem 116.28g składniki: Ziemniaki średnio 97%, Koper ogrodowy 3% Surówka z kapusty kwaszonej 2016 58.14g składniki: Kapusta kwaszona 64%, Jabłko 21%, Cebula 8%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Cukier 3% Kompot z owoców mieszanych 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11% 	<ol style="list-style-type: none"> Słupki warzyw z dressingiem jogurtowo - twarogowym i słonecznikiem 151.16g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Papryka czerwona 34%, Ogórek zielony 33%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 16%, Ser twarogowy półtłusty 14%, Słonecznik nasiona 3%, Koper ogrodowy 1% Chleb graham 34.88g (Zboża zawierające gluten) Woda z cytryną 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Cytryna 4%

Dzień: 8 - Środa, 2022-06-01

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% Chleb orkiszowy 45.70g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 3.49g (Mleko, łącznie z laktozą) Jajecznicza na parze 45.70g (Jaja i produkty pochodne) składniki: Jaja kurze całe 100% Szczypiorek 2.33g Papryka czerwona 17.44g 	<ol style="list-style-type: none"> Gruszka 69.77g Orzechy włoskie 5.30g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> Kapuśniak ze słodkiej kapusty. 209.30g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Kapusta biała 33%, Ziemniaki średnio 33%, Pomidor 16%, Śmietana 18% tłuszczu 7%, Marchew 4%, Por 3%, Seler korzeniowy 2%, Pietruszka korzeń 2%, Masło ekstra 0%, Pietruszka liście 0%, Cebula 0% Pieczeń rzymska z mięsa mieszanego 2016 58.14g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Wieprzowina łopatka 36%, Wołowina pieczeń 36%, Bulki pszenne zwykłe 14%, Jaja kurze całe 5%, Bulka tarta 5%, Olej rzepakowy uniwersalny 4% Sos koperkowy 2016 11.63g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Śmietana 18% tłuszczu 38%, Koper ogrodowy 25%, Mąka pszenna typ 500 25%, Masło ekstra 11%, Pieprz czarny MIELONY 2% Kasza bulgur 34.88g (Zboża zawierające gluten) Surówka z kalarepki 58.14g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Kalarepa 36%, Jabłko 29%, Marchew 29%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 7% Woda z cytryną 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Cytryna 4% 	<ol style="list-style-type: none"> Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 2016 220.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Jogurt naturalny 2% tłuszczu 59%, Galaretka domowa o smaku truskawkowym 2016 41% Biszkopty okrągłe 9.00g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) Woda z sokiem 200.00g składniki: Woda źródłana ŻYWIEC ZDRÓJ 90%, Sok malinowy S 10%

Dzień: 9 - Czwartek, 2022-06-02

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kakao naturalne o obniżowej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2% Chleb żytni jasny 55.33g (Zboża zawierające gluten) Masło śmietankowe 4.65g (Mleko, łącznie z laktozą) Poledwica z piersi indyka. 20.93g (Mleko, łącznie z laktozą, Soja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne) Ogórek zielony 17.44g 	<ol style="list-style-type: none"> Jabłko 58.14g Marchewka 46.51g Orzechy laskowe 8.14g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa grochowa 2016 209.30g (Seler i produkty pochodne) składniki: Ziemniaki średnio 48%, Seler korzeniowy 13%, Mięso z ud kurczaka bez skóry 12%, Marchew 12%, Groch nasiona suche 6%, Pietruszka korzeń 4%, Cebula 3%, Por 2%, Pieprz czarny MIELONY 1% Makaron z kurczakiem, szpinakiem i pomidorami 149.53g (Zboża zawierające gluten) składniki: Szpinak mrożony 29%, Mięso z piersi kurczaka bez skóry 29%, Makaron bezjajeczny 26%, Margaryna RAMA 100% roślinna 7%, Pomidory krojone w soku pomidorowym Pudliszki 7%, Czosnek 1%, Pieprz czarny MIELONY 0% Kompot z owoców mieszanych 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11% 	<ol style="list-style-type: none"> Ciasto z rabarborem 2016 40.70g (Jaja i produkty pochodne, Zboża zawierające gluten) składniki: Jaja kurze całe 23%, Rabarbar 23%, Mąka pszenna typ 500 22%, Cukier 17%, Olej rzepakowy uniwersalny 12%, Skrobia ziemniaczana 3% Bawarka mleko 2% tłuszczu 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Woda wodociągowa 50%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 50%,

6. Kielki rzodkiewki s 3.49g			Herbata SAGA czarna w torebkach 0%
------------------------------	--	--	------------------------------------

Dzień: 10 - Piątek, 2022-06-03

I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> 1. Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% 2. Chleb wieloziarnisty. 57.62g (Zboża zawierające gluten) 3. Masło śmietankowe 5.76g (Mleko, łącznie z laktozą) 4. Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami. 25.24g (Mleko, łącznie z laktozą) składniki: Twaróg wiejski półtłusty Piątnica 63%, Suszone pomidory z czosnkiem i bazylią KAMIS 23%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 8%, Słonecznik nasiona 5%, Bazylia suszona 1%, Pieprz czarny MIELONY 0% 5. Rzodkiewka 17.86g 6. Roszonka warzywna 4.76g 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Banan 67.38g 2. Orzechy włoskie 3.00g (Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych z kaszą jaglaną 214.29g (Mleko, łącznie z laktozą, Seler i produkty pochodne) składniki: Marchew 21%, Ogórek kwaszony 14%, Pietruszka korzeń 14%, Marchew 14%, Kasza jaglana 7%, Seler korzeniowy 7%, Por 7%, Śmietana 18% tłuszczu 4%, Masło ekstra 4%, Cebula 4%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 4%, Koper ogrodowy 1% 2. Filet z dorsza w sezamie 53.57g (Jaja i produkty pochodne, Ryba, Zboża zawierające gluten, Nasiona sezamu i produkty pochodne) składniki: Dorsz atlantycki filet bez skóry mrożony 61%, Sezam KRESTO 10%, Mąka kukurydziana S 10%, Olej rzepakowy uniwersalny 8%, Jaja kurze całe 7%, Mąka żytnia S 3%, Pieprz czarny MIELONY 0% 3. Ziemniaki z koperkiem 129.05g składniki: Ziemniaki średnio 97%, Koper ogrodowy 3% 4. Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora i ogórka 2016 59.52g składniki: Kapusta pekińska 41%, Ogórek 29%, Pomidor 29%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Pieprz czarny MIELONY 0% 5. Kompot z owoców mieszanych 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Koktajl z kiwi i truskawek z płatkami jęczmiennymi 200.00g (Mleko, łącznie z laktozą, Zboża zawierające gluten) składniki: Truskawki 32%, Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 32%, Kiwi 15%, Natur jogurt typ grecki Zott 13%, Płatki jęczmienne 6%, Wiórki kokosowe 2%, Syrop k

<p>ALERGENY</p>	<p>A1 – zboża zawierające gluten: pszenica, żyto, jęczmień, owies; A3 - jajka i produkty pochodne; A4 – ryby i produkty pochodne; A5 - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; A6 – soja i produkty pochodne; A7 - mleko i produkty pochodne łącznie z laktozą, A8 – Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe oraz produkty pochodne; A9 – seler i produkty pochodne; A10 -gorczyca A11 - sezam</p> <p>D: - dieta</p>
<p>DIETY</p>	<p>ŚNIADANIA - przykładowe: Herbata roibos, Herbata rumiankowa, herbata malinowa, herbata wieloowocowa, bezmleczna Bobovita, kanapki z polędwicą sopocka i warzywami, kanapki z polędwicą z indyka i warzywami, kanapki z szynką włoską i warzywami, kanapki z polędwicą drobiową i warzywami, kanapki z pastą warzywną, kanapki z szynką z kurczaka i warzywami, kanapki z dżemem owocowym, pasta z ciecierzycy, Pasta kanapkowa bezmleczna, kanapka z pastą warzywną ze słonecznikiem, kanapki z pastą rybną z ogórkiem kwaszonym.</p> <p>OBIADY- przykładowe: zupa bez zabielenia, makaron z mussem owocowym, makaron z kurczakiem i warzywami, kotlecik saute, ryba na parze, makaron bez dodatku sera żółtego, pierś z kurczaka z ziołami, kaszotto, surówka bezmleczna, indyk w sosie pomidorowym i ziemniaki z koperkiem, ryż z mussem jabłkowym, rosół z makaronem bezjajecznym, duszona pierś z kurczaka w ziołach, ziemniaki z koperkiem, potrawka wieprzowa z ryżem, risotto bezmleczne, gulasz z indyka i ziemniaki z koperkiem, potrawka wieprzowa z warzywami, zapiekanka ziemniaczana, makaron z sosem neapolitańskim, surówka z sosem winegret, ryż zapiekany z mussem jabłkowym i cynamonem, duszona pierś z indyka, gulasz z indyka w sosie pomidorowym, makaron z warzywami.</p> <p>PODWIECZORKI- przykładowe: kanapki z gotowanym schabem i warzywami, smoothie owocowe, kisiel owocowy, mus owocowy i chrupki jaglane, Wafelki ryżowe z dżemem, czekoladowa kasza manna na wodzie, galaretki z owocami, mus truskawkowy i wafelki ryżowe, kanapki z gotowanym schabem i warzywami, paluch kukurydziany, mus owocowy z wiórkami kokosowymi, paluch kukurydziany, wafle ryżowe z powidłem śliwkowym.</p>