

PRZEDSZKOLE:01.09-05.09.2025

Wykaz ~~alergenów~~ występujących w potrawach: 1 - zboża zawierające gluten; 2 - skorupiaki i produkty pochodne; 3 - jaja i produkty pochodne; 4 - ryby i produkty pochodne; 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne; 6 - soja i produkty pochodne; 7 - mleko i produkty pochodne; 8 - orzechy; 9 - seler i produkty pochodne; 10 - gorczyca i produkty pochodne; 11- sezam i produkty pochodne; 12 - dwutlenek siarki i siarczyny; 13 - tulin i produkty pochodne; 14 - mięczaki i produkty pochodne

STAŁY DOSTĘP DO PŁYNÓW ZAPEWNIĄ PLACÓWKĄ

Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 01.09.2025		
Kluski lane na mleku [1,3,7] (100g) Pieczywo pszenno-żytnie [1] (20g) Pieczywo graham [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Kanapkowa [9,10] (20g) Ser żółty, gouda [7] (20g) Sałata (10g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)	Zupa grochowa [9] (300ml) Pierogi leniwe [1,3,7] (150g) z sosem jogurtowo- truskawkowym [7] (30ml) Jabłko (80g) Kompot z czarnej porzeczki (200ml) z cukrem (3g)	Bułka angelka [1,7] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Szynka delikatesowa [9,10] (20g) Pomidor (20g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)
E:1088,91kcal; B:60,94g; T:35,69g; W:143,21g; w tym błonnik:13,95g		
Wtorek 02.09.2025		
Kasza kukurydziana na mleku [7] (100g) Pieczywo pszenne [1] (20g) Pieczywo graham [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Dżem owocowy niskosłodzony (20g) Kiełbasa wieprzowa krakowska [9,10] (20g) Pomidor (20g) Herbata owocowa (200ml) z cukrem (3g)	Zupa ryżowa z warzywami [9] (300ml) Zraz wieprzowy, duszony [1,9] (60g) w sosie pieczarkowym [1,9] (20ml) Ziemniaki, gotowane (150g) Ogórek kiszony [10] (100g) Kompot truskawkowy (200ml) z cukrem (3g)	Budyń na mleku (100g) z owocami świeżymi/ mrożonymi [1,3,7] (50g) Herbatniki pszenne [1,3,5,6,7,8,11] (3szt)
E:1017,10kcal; B:39,42g; T:29,65g; W:171,99g; w tym błonnik:11,81g		
Środa 03.09.2025		
Kasza manna na mleku [1,7] (100g) Pieczywo pszenno-żytnie [1] (20g) Pieczywo graham [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Pasta mięsno- warzywna [9,10] (20g) Szynka drobiowo- miodowa [9,10] (20g) Ogórek kiszony [10] (20g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)	Zupa ogórkowa z makaronem pszennym [1,7,9] (300ml) Udko z kurczaka, pieczone [9] (60g) Ziemniaki, gotowane (150g) Sałata masłowa (70g) z jogurtem naturalnym [7] (30g) Kompot śliwkowy (200ml) z cukrem (3g)	Placuszki pszenne [1,3,7] (80g) z jabłkiem (50g) Kakao na mleku [7] (200ml) z cukrem (3g)
E:1092,26kcal; B:50,55g; T:36,93g; W:150,21g; w tym błonnik:12,24g		
Czwartek 04.09.2025		
Kawa zbożowa na mleku [1,7] (200ml) z cukrem (3g) Pieczywo pszenne [1] (20g) Pieczywo wieloziarniste [1,11] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Łopatkowa wieprzowa w pietruszce [9,10] (20g) Twaróg, półtłusty [7] (20g) Pomidor (20g) Herbata owocowa (200ml) z cukrem (3g)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami [1,7,9] (300ml) Karkówka wieprzowa pieczona [9] (60g) w sosie własnym [1,9] (20ml) Kasza jęczmienna, gotowana [1] (150g) Buraczki, tarte (100g) Kompot wieloowocowy (200ml) z cukrem (3g)	Jogurt grecki [7] (100g) z musli zbożowo-owocowym [1] (10g) i owocami sezonowymi (60g)
E:1084,68kcal; B:46,57g; T:42,74g; W:138,24g; w tym błonnik:15,96g		
Piątek 05.09.2025		
Kasza jaglana na mleku [1,7] (100g) Pieczywo pszenno-żytnie [1] (20g) Pieczywo pszenne [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Pasta jajeczna z majonezem [3,10] (20g) Połędwica sopocka [9,10] (20g) Rzodkiewka (20g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)	Zupa barszcz biały z makaronem pszennym [1,7,9] (300ml) Paluszki rybne panierowane smażone [1,4] (60g) Ziemniaki, gotowane (150g) Surówka z kiszonej kapusty z marchewką (100g) Kompot z czarnej porzeczki (200ml) z cukrem (3g)	Ciasto drożdżowe ze śliwką [1,3,7] (60g) (wyrób własny) Kawa zbożowa na mleku [1,7] (200ml) z cukrem (3g)
E:1181,66kcal; B:46,82g; T:36,74g; W:176,79g; w tym błonnik:12,24g		

Zbigniew Kwiatkowski
KATERING i GASTRONOMIA
Powiercie 3, 62-600 Koło
DIETETYK
mgr Aleksandra Giełkowska

PRZEDSZKOLE: 08.09-12.09.2025

Składowe występujących w potrawach: 1 - zboża zawierające gluten; 2 - skorupiaki i produkty pochodne; 3 - jaja i produkty pochodne; 4 - ryby i produkty pochodne; 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne; 6 - soja i produkty pochodne; 7 - mleko i produkty pochodne; 8 - seler i produkty pochodne; 9 - seler i produkty pochodne; 10 - gorczyca i produkty pochodne; 11 - sezam i produkty pochodne; 12 - dwutlenek siarki i siarczyny; 13 - jabin i produkty pochodne; 14 - mięczaki i produkty pochodne

STAŁY DOSTĘP DO PŁYNÓW ZAPEWNIĄ PLACÓWKĄ

Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 08.09.2025		
Płatki ryżowe na mleku [7] (100g) Pieczywo pszenno-żytnie [1] (20g) Pieczywo graham [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Rolada schabowa [9,10] (20g) Ser żółty, gouda [7] (20g) Ogórek kiszony [10] (20g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)	Zupa kapuśniak z białej kapusty [1,7,9] (300ml) Pulpet drobiowo- wieprzowy, gotowany [1,3,9] (60g) w sosie brokułowym [1,7,9] (20ml) Kasza jęczmienna, gotowana [1] (150g) Surówka z marchwi i jabłka (100g) Kompot śliwkowy (200ml) z cukrem (3g)	Drożdżówka pszenna z serem białym [1,3,5,6,7] (60g) Arbuz (60g) Herbata owocowa (200ml) z cukrem (3g)
E:1059,64kcal; B:40,08g; T:38,54g; W:148,10g; w tym błonnik:14,37g		
Wtorek 09.09.2025		
Kawa zbożowa z mlekiem [1,7] (200ml) i cukrem (3g) Pieczywo pszenne [1] (20g) Pieczywo graham [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Parówka wieprzowa na ciepło [6,9,10] (40g) Pomidor (20g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (marchew, seler, pietruszka, por) [1,9] (300ml) Kotlet schabowy panierowany smażony [1,3,9] (60g) Ziemniaki, gotowane (150g) Mizeria z ogórka zielonego (70g) z jogurtem naturalnym [7] (30g) Kompot śliwkowy (200ml) z cukrem (3g)	Płatki owsiane na mleku (100g) z musem truskawkowym [1,7] (50g)
E:1121,88kcal; B:48,22g; T:38,98g; W:157,09g; w tym błonnik:14,13g		
Środa 10.09.2025		
Płatki kukurydziane na mleku [1,7] (100g) Pieczywo pszenno-żytnie [1] (20g) Pieczywo wieloziarniste [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Pieczeń drobiowa [9,10] (20g) Pasta z ryby wędzonej z twarogiem [3,4,7] (20g) Ogórek kiszony [10] (20g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)	Zupa rosół z makaronem pszennym [1,3,9] (300ml) Udziec z kurczaka, duszony [9] (60g) Ziemniaki, gotowane (150g) Surówka z białej kapusty z koperkiem [7] (100g) Kompot wieloowocowy (200ml) z cukrem (3g)	Salatka owocowa (80g) z jogurtem naturalnym [7] (10g) Babka piaskowa [1,3,7] (40g)
E:1120,11kcal; B:40,82g; T:43,66g; W:153,47g; w tym błonnik:15,27g		
Czwartek 11.09.2025		
Płatki owsiane na mleku [1,7] (100g) Pieczywo pszenno-żytnie [1] (20g) Pieczywo pszenne [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Jajko, gotowane [3] (20g) Kielbasa szynkowa [9,10] (20g) Pomidor (20g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolką szparagową [1,7,9] (300ml) Leczo z kielbasą wieprzową i warzywami [1,9] (150g) Ryż biały, gotowany (150g) Kompot truskawkowy (200ml) z cukrem (3g)	Jogurt owocowy (jogurt naturalny (120g) + świeże/ mrożone owoce (30g)) [7] (150g) Chrupki kukurydziane (3szt)
E:1008,12kcal; B:41,64g; T:28,76g; W:160,66g; w tym błonnik:15,99g		
Piątek 12.09.2025		
Kasza jaglana na mleku [7] (100g) Pieczywo pszenno-żytnie [1] (20g) Pieczywo graham [1] (20g) Masło śmietankowe [7] (5g) Twaróg, półtłusty [7] (20g) Szynka wiejska [9,10] (20g) Rzodkiewka (20g) Herbata czarna (200ml) z cukrem (3g)	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym [1,7,9] (300ml) Filet rybny panierowany smażony [1,3,4,9] (60g) Ziemniaki, gotowane (150g) Surówka z kiszonej kapusty z marchewką (100g) Kompot wiśniowy (200ml) z cukrem (3g)	Galaretkę ze świeżymi/ mrożonymi owocami (135g) i bitą śmietaną [7] (15g) Herbatniki pszenne [1,3,5,6,7,8,11] (3szt)
E:1134,91kcal; B:61,18g; T:30,33g; W:165,58g; w tym błonnik:13,70g		