

 KANZEON WROCLAWSKI CATERING SP. Z O.O.		WRZESIEŃ TYDZIEŃ III 15.09.2024 - 19.09.2024									
DIETA BEZMLECZNA PRZEDSZKOLE 51											
											
PONIEDZIALEK			WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK		
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Ryż na mleku roślinnym z musem mango	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Kasza manna na mleku roślinnym (1a)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	
	Chleb jasny i graham (1a)	50g	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb jasny i żytni (1a,1b)	50 g	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Kajzerka (1a)	1 szt.	
	Masło roślinne	10 g	Masło roślinne	10 g	Masło roślinne	10 g	Masło roślinne	10 g	Masło roślinne	10 g	
	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Szynka z indyka (1a,6,9,10)	20 g	Schab pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Parówka drobiowa z kurczaka z wysoką zawartością mięsa (6,9,10)	1 szt	Pasta z jajka ze szczypiorkiem z dodatkiem majonezu (3,10)	20 g	
	Pasta z ciecierzycy z rzodkiewką i słonecznikiem i pestkami dyni	20 g	Papryka	20 g	Humus z papryką (11)	20 g	Rzodkiewka	15 g	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	
	Ogórek kiszony (10)	20 g	Salata	5 g	Ogórek	20 g	Ketchup (1a,10)	20 g	Ogórek	20 g	
								Rukola	3 g		
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Sok warzywno- owocowy [tłoczony]	150 ml	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	
OBIAD	Zupa brukselkowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	200 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z pomidorami z kaszą bulgur na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1a,9)	200 ml	Zupa koperkowa z ryżem na wywarze drobiowo- warzywnym posypana koperkiem (9)	200 ml	Kapuśniak z kapusty białej słodkiej z ziemniakami i ciecierzycą z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	200 ml	Różowy krem z pieczonego buraka z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym posypyany słonecznikiem (9)	200 ml	
	Makaron świderki z mąki durum z kurczakiem i sosem brokułowym bezmlecznym (1a,3)	220 g	Naleśniki ze szpinakiem i fasolą z mąki pszennej i dodatkiem pełnoziarnistej - wersja pieczona (1a,3)	2 szt	Kotlecik mielony pieczony z mięsa drobiowo-wieprzowego z dodatkiem bułki tartej (1a,3)	70 g	Pancake bezmleczne z mąki pszennej - wersja pieczona (1a,3)	2 szt	Ryba Mintaj w panierce w bułce tartej (1a,3,4)	70 g	
			Polewa czosnkowa na jogurcie wegańskim (6)	50 g	Ziemniaki	100 g	Polewa malinowa	50 g	Ziemniaki	100 g	
	Mix sałat z rukolą marchewką porem i sosem winegret (10)	40 g	Surówka z czerwonej kapusty z kukurydzą i oliwą	40 g	Surówka z ogórka kiszzonego z papryką cebulką i z oliwą (10)	40 g	Jabłko prażone z cynamonem	40 g	Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z oliwą	40 g	
					Kalafior z bułką tartą (1a)	40 g			Brokuły	40 g	
	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	
PODWIECZOREK	Jogurt wegański z truskawką z owocami suszonymi: morelą, rodzynkami i żurawiną (6)	130 g/20g	Paluch pszenny b/m z dżemem (1a,3)	1 szt	Koktajl bananowy z chia na mleku roślinnym	130 g	Chleb weka (1a) + Sałatka jarzynowa z jajkiem włoszczyzną z zielonym groszkiem na majonezie (3,9,10)	2 szt./50 g	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym z biszkoptem	150 g	
ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POŚLAKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten 1a-pszenny; 1b-żytni, 1c- jęczmienny; 1d-owsiany; 1e-przenżytni, , 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jajka i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soję i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Ćwiczka i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Natalia Wągo - Czajewska Dietetyk kliniczny		

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Kawa zbożowa na mleku roślinnym (1b,1c)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,1b)	50 g	Chleb wieloziarnisty i jasny (1a,1c,1d, 11)	50 g	Chleb jasny i graham (1a)	50 g	Kajzerka (1a)	1 szt.
	Masło roślinne	10 g	Masło roślinne	10 g	Masło roślinne	10 g	Masło roślinne	10 g	Masło roślinne	10 g
	Pasztet pieczony wieprzowy (1a,6,9,10)	20 g	Pasta jajeczna z koperkiem i majonezem (3,10)	20 g	Pasta z soczewicy z pomidorami i oliwą	20 g	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g
	Dżem owocowy niskosłodzony	20 g	Rzodkiewka	15 g	Pasta z kurczaka z włoszczyzną (9)	20 g	Masło orzechowe 100% b/c (5,8)	20 g	Różowa pasta- hummus z burakiem i nutą sezamu (11)	20 g
	Pomidor	20 g	Salata	5 g	Ogórek	20 g	Rukola	3 g	Ogórek kiszony (10)	20 g
					Papryka	20 g	Pomidor	20 g		
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
OBIAD	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej z ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (9)	200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem z maki durum z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1a,3,9)	200 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami majerankiem na wywarze warzywnym z koperkiem (9)	200 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem z maki durum na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1a,3,9)	200 ml	Zupa żurek z naturalnego zakwasu żytniego z jajkiem i ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (1a,3,9)	200 ml
	Delikatny chili con carne z mięsem wieprzowym z fasolą czerwoną papryką cebulką zagęszczone mąką pszenną (1a)	120 g	Kotlet z mięsa drobiowego mielonego z cukinią panierowany z bułką tartą - pieczony w piecu (1a,3)	70 g	Schab duszony w sosie paprykowym zagęszczony mąką pszenną (1a)	70 g / 50 ml	Ryba Mintaj panierowany w bułce tartej i sezamie (1a,3,4,11)	70 g	Kluseczki bezmleczne z mąki pszennej (1a,3)	180 g
	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki	100 g	Kasza mix jęczmienna, bulgur, gryczana (1a,1c)	100 g	Ziemniaki	100 g	Polewa borówkowa na jogurcie wegańskim (6)	50 g
	Mix sałat z kukurydzą, świeżym szpinakiem, posypany słonecznikiem z oliwą	40 g	Buraczki lekko chrzanowe	40 g	Salatka szwedzka z sosem musztardowym (10)	40 g	Surówka z kapusty kiszonej z marchewką i oliwą (10)	40 g	Surówka z marchewki i jabłka z cynamonem	40 g
			Surówka z białej kapusty z koperkiem i oliwą	40 g	Marchewka mini z oliwą	40 g	Szpinak duszony z nutą czosnkową	40 g		
	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml
PODWIECZOREK	Rogalik pszenny b/m (1a,3)	1 szt	Deser anansowa chmurka na jogurcie wegańskim (6)	130 g	Chleb chrupki razowy (1a,b) + Paprykarz wegański	2 szt./ 20 g	Kisiel wiśniowy + herbatniki b/m pszenne (1a,3)	150 g/ 2 szt	Kukurydza gotowana	100 g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten 1a-pszenny; 1b-żytni, 1c- jęczmienny; 1d-owsiany; 1e-przenżytni, , 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. tulin i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
 Natalia Wanga - Czajewska
 Dietetyk kliniczny