

## 2023 – MENU żłobek

**Firma J.B.Partners Anna Topa nie ponosi odpowiedzialności za dzieci z dietami eliminacyjnymi w alergii pokarmowej, będące pod ścisłą kontrolą lekarza.**

**- Z mocy postanowień ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych, intendent-dietetyk zastrzega sobie prawo kopiowania, udostępniania treści jadłospisu.**

**-Firma J.B.Partners Anna Topa ściśle przestrzega Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego.**

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
11.9.2023 Poniedziałek Kcal:1013,8 B:17,3 T:33,2 W:119,1	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) twarożek 10g</b>  <b>dotatkowo:Płatki kukurydziane na mleku 180ml (1,7)</b>  (składniki:pieczywo <b>pszenne</b> i <b>żytnie</b> , <b>masło</b> , twarożek, płatki kukurydziane, <b>mleko</b> 2%)  <b>Alergeny:1,7</b>	<b>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 200ml śmietana 20g</b>  (składniki:buraki, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, natka pietruszki, <b>śmietana</b> )  <b>Alergeny: 7</b>	<b>Gulasz drobiowy z indyka 150g jogurt nat 30g kaszą pęczak 90g surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem jabłka 70g</b>  (składniki: mięso indycze, marchewka, cebula, <b>kasza pęczak</b> , kapusta czerwona, jabłka, olej, przyprawy)  <b>Alergeny:1</b>	<b>Jabłko prażone70g, chrupki kukurydziane 30g</b>  składniki: jabłko, grys kukurydziany, sól  <b>Alergeny: brak</b>
12.9.2023 Wtorek Kcal:1025,3 B:11,5 T:30,1 W:101,4	<b>Chleb pszenny i żytni z masłem 25g, (1,7) pasztetem wieprzowym 10g, i pomidorem 10g</b>  <b>jajecznica 50g</b>  (składniki: pieczywo <b>pszenne</b> , <b>żytnie</b> , <b>masło</b> extra, mięso wieprzowe,ogórek, pomidor, <b>jajko</b> )  <b>Alergeny:1,3,7</b>	<b>Zupa jarzynowa 180ml z ziemniakami 30g i śmietaną 30g</b>  (składniki:kalafior, brokuł, bukiet warzyw, koncentrat pomidorowy, <b>śmietana</b> , marchew, pietruszka, por, ryż, koncentrat pomidorowy, przyprawy,.)  <b>Alergeny:7</b>	<b>Nuggetsy z kurczaka 70g z sosem czosnkowo-śmietanowym 40g ziemniaki surówka coleslaw 70g</b>  (składniki: drób, <b>śmietana</b> , mąka kukurydziana, <b>bulka tarta</b> , <b>jajko</b> , czosnek, ziemniaki, koperek, marchew, kapusta, cebula)  <b>Alergeny:1,3,7</b>	<b>Herbatniki maślane 15g</b>  (składniki:.,mąka <b>pszenna</b> , sól, <b>masło</b> , skrobia kukurydziana, <b>pszenica</b> , <b>mleko</b> ,może zawierać <b>orzechy</b> )  <b>Alergeny:1,7</b>
13.9.2023 Środa Kcal:994,6 B:17,3 T:38,2 W:113,1	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) szynką drobiową 92% mięsa 10g,, ogórkiem 10g</b>  <b>dotatkowo:Płatki górskie na mleku 180g (1,7)</b>  (składniki: pieczywo <b>pszenne</b> i <b>żytnie</b> , <b>masło</b> extra, warzywa sezonowe, szynka drobiowa, <b>mleko</b> 2%, oczyszczone ziarno <b>owsa</b> , ogórek)	<b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami 180 śmietana 20ml</b>  (składniki: por, pietruszka, kalafior, marchewka, pietruszka, por, grzanki <b>pszenne</b> , <b>śmietana</b> )  <b>Alergeny:1,7</b>	<b>Kopytka 90gr z potrawką drobiową z perliczką 70 z warzywami i śmietaną 20gr marchewka 60g z jogurt nat 20g</b>  (składniki:mięso drobiowe i z perliczki, przyprawy, cebula, ziemniaki <b>mąka pszenna</b> , <b>jajko</b> , marchewka, <b>jogurt nat</b> .)  <b>Alergeny:1,3,7</b>	<b>Owoc sezonowy 70g</b>  <b>Alergeny: brak</b>

	<b>Alergeny:1,7</b>			
14.9. 2023 Czwartek Kcal:984,4 B:14,2 T:30,5 W:98,4	<b>Pieczywo pszenne z masłem 25g,(1,7) ser żółty 10g, ogórek św10g</b> <b>ryz na mleku 180ml</b> (składniki: pieczywo <b>pszenne</b> , <b>masło</b> extra,mięso drobiowe, warzywa, <b>ryż</b> , ogórek, <b>ser żółty, mleko</b> ) <b>Alergeny:1,7</b>	<b>Zupa ogórkowa z ziemniakami 180ml</b> (składniki:ogórkowa, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, ) <b>Alergeny:</b>	<b>Placuszki warzywne z marchewki i cukini z kwaśna śmietaną , surówka z buraczki 70g</b> (składniki: brokuł, marchewka, cebula, fasolka szparagowa, cukinia, <b>śmietana, mąka pszenna</b> , buraki, przyprawy ) <b>Alergeny:7</b>	<b>Wafle ryżowe, jabłka pieczone do smarowania 10g/5g</b> (składniki: ryż preparowany, jabłko) <b>Alergeny: brak</b>
15.9.2023 Piątek Kcal:983,2 B:12,3 T:29,4 W:93,6	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) polędwicą z piersi indyka 96%, 10g pomidor,</b> (składniki: pieczywo <b>pszenne</b> i <b>żytnie</b> , <b>masło</b> , polędwica z indyka, pomidor, ogórek zielony, <b>Alergeny:1,,7</b>	<b>Zupa porowa z ziemniakami 180ml, śmietana 20ml</b> (składniki: por, marchewka,pietruszka, ziemniaki, przyprawy, <b>śmietana</b> ) <b>Alergeny:1,7</b>	<b>Kotlet rybny z dorsza 90gr z ziemniakami 90gr, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z 60g i śmietany 20ml</b> (składniki: <b>dorsz, jajka</b> , mąka <b>pszenna</b> ,bułka tarta- <b>pszenna</b> , ziemniaki,kapusta pekińska, marchew, <b>śmietana</b> ) <b>Alergeny:1,3,4,7</b>	<b>Ciasto z owocami 40g</b> (składniki: mąka <b>pszenna</b> , skrobia ziemniaczana,cukier,olej, <b>jajko</b> , jabłka )
18.9.2023 poniedziałek Kcal:974,5 B:15,1 T:23,3 W:92,4	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem25g, (1,7) twaróżkiem waniliowym 10g, (7)</b> <b>dotatkowo:Kaszka manna na mleku z rodzynkami 180g (1,7,12)</b> (składniki:pieczywo <b>pszenne</b> i <b>żytnie</b> , <b>masło</b> , <b>twaróg</b> półtłusty, wanilia, kasza manna, <b>mleko</b> 2%, <b>rodzynki</b> ) <b>Alergeny:1,7,12</b>	<b>Zupa grochowa 180ml śmietana 20 ml</b> (składniki: groszek, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki,wywar warzywny, przyprawy, <b>śmietana</b> ) <b>Alergeny: 7</b>	<b>Makaron z sosem bolognese 150g , surówka ogórek 70g</b> (składniki: <b>makaron pszenny</b> , mięso z szynki, pomidory pelatti, ogórek przyprawy,.) <b>Alergeny:1,</b>	<b>Chrupki kukurydziane 10g</b> (składniki: kasza kukurydziana. Produkt może zawierać <b>orzeszki arachidowe, soję, mleko</b> ) <b>Alergeny: 5,6,7</b>
19.9.2023 wtorek Kcal:984,6 B:14,2 T:23,1	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7), pasztet drobiową - wyrób własny 10g, ogórkiem kwaszonym 10g</b> (składniki: pieczywo <b>pszenne</b> i <b>żytnie</b> , <b>masło</b> extra, mięso drobiowe, warzywa)	<b>Zupa krem z dyni z ziemniakami 180, śmietana 20ml,</b> (składniki:dynia marchewka, pietruszka, por, kalafior, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy, <b>śmietana</b> ,	<b>Kotlecik pożarski 70gr, purre ziemniaczane z mlekiem 20ml, surówka marchewka i groszek 70gr</b> (składniki:mięso wieprzowe, marchew, brokuł, kalafior, przyprawy, purre ziemniaczane, buraki,olej, <b>mleko 20ml, śmietana 10 ml</b> )	<b>Jabłko prażone 70g</b> <b>Alergeny: brak</b>

W:98,4	Pasta drobiowa-wyrób własny (składniki: mięso drobiowe bez skóry, bułka <u>pszenna</u> , <u>jajka</u> , warzywa w zmiennych proporcjach) <b>Alergeny:1,3,7</b>	) <b>Alergeny: 1</b>	<b>Alergeny:7</b>	
20.9.2023 Środa Kcal:1019,2 B:19,2 T:39,4 W:93,6	<b>Chleb pszenny i żytni z masłem 25g, (1,7)</b> <b>Warzywna pasta 10g , pomidor 10g</b> <b>dotatkowo: jajko na twardo 25g</b> (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> , <u>żytnie</u> , <u>masło</u> extra, parówka drobiowa, warzywa korzenne , <u>ciecierzyca</u> , <u>sezam</u> , <u>jajko</u> ) <b>Alergeny:1,3,7,11</b>	<b>Wiosenna zupa jarzynowa 180 gr, śmietana 20 gr</b> (składniki: koper, marchewka, pietruszka, marchewka, por, ziemniaki, przyprawy, <u>śmietana</u> ) <b>Alergeny:7</b>	<b>Kurczak w sosie 70gr, jogurt nat 20 gr ryż 100 gr surówka orientalna kapusta z marchewką na słodko</b> (składniki: mięso drobiowe, ryż, cebula, pędy bambusa, marchewka, przyprawy, kapusta, koperek, <u>jogurt nat</u> ) <b>Alergeny:1,7</b>	<b>Jogurt z owocami 70g</b> składniki, jogurt naturalny owoce leśne, <b>Alergeny: 7</b>
21.9.2023 Czwartek Kcal:985,9 B:18,3 T:38,6 W:102,6	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) polędwicą drobiowa 10g, ogórkiem 10g,</b> <b>dotatkowo: Kasza manna na mleku (1,7) 180ml</b> (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , polędwica drobiowa, ogórek, szczypiorek, <u>kasza</u> manna, <u>mleko 2%</u> ) <b>Alergeny:1,7</b>	<b>Pomidorowa po włosku z warzywami i makaronem 180ml/50g,</b> (składniki: pomidory świeże, koncentrat pomidorowy, makaron <u>pszenny</u> , pietruszka, marchewka, _por, natka pietruszki, przyprawy ) <b>Alergeny:1</b>	<b>naleśniki 100gr z twarogiem 30gr 10gr</b> (składniki: mąka <u>pszenna</u> , <u>twaróg</u> , wanilia, <u>śmietana</u> , ) <b>Alergeny:1,7</b>	<b>Kisiel z jabłkiem 100g</b> (składniki: woda, skrobia ziemniaczana, jabłka, sok owocowy) <b>Alergeny: brak</b>
22.9.2023 piątek Kcal:984,4 B:14,2 T:30,5 W:98,4	<b>Chleb pszenno-żytni z masłem 25g (1,7), szynka drobiowa- z pomidorem 10g</b> <b>makaron na mleku 180ml</b> (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> , <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , <u>makaron pszenny</u> , <u>mleko</u> extra, udo <u>drób</u> pomidor) <b>Alergeny:1,7</b>	<b>Zupa krupnik 200 gr</b> (składniki: ,kasza <u>peczak</u> , marchewka, ziemniaki, wywar z warzyw korzennych, przyprawy, <u>śmietana</u> ) <b>Alergeny: 17</b>	<b>Kotlecik rybny 70gr z pietruszką, jogurt nat 10gr ziemniaki , surówka z kiszzonej kapusty 70gr</b> (składniki: dorsz, <u>mąka</u> , <u>bułka tarta</u> , kapusta kiszona, olej rzepakowy, <u>jogurt nat</u> ) <b>Alergeny: 1,4,7</b>	<b>Ciasto z owocami 60g</b> (składniki: mąka <u>pszenna</u> , skrobia ziemniaczana, cukier, olej, <u>jajko</u> , proszek do pieczenia, jabłka )
25.9.2023 Poniedziałek Kcal:1015,8 B:18,6	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) twaróżkiem waniliowym 10g, (7)</b> <b>dotatkowo: Kaszka manna na mleku 180g</b>	<b>Zupa kapuśniak 150ml</b> (składniki: kapusta kwaszona, kapusta słodka, koncentrat pomidorowy, marchewka, pietruszka, ziemniaki)	<b>Gulasz a'la strogonow z kaszą jęczmienną , jogurt nat 20 ml, surówka z ogórka kiszzonego 70gr</b> (składniki: , mięso z szynki , kasza <u>jeczmienna</u>	<b>Jabłko prażone 70g</b> <b>Alergeny: brak</b>

T:39,4 W:103,4	(1,7,12) (składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , <u>twaróg</u> półtłusty, wanilia, kasza manna, <u>mleko</u> 2%, <u>rodzynki</u> ) Alergeny:1,7,12	Alergeny: brak	koncentrat pomidorowy 30%, _ogórek kiszony cebulka, <u>jogurt nat</u> ,  Alergeny:1,7	
26.9.2023  Wtorek  Kcal:962,3 B:17,2 T:29,3 W:101,5	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) Polędwica wieprzowa 10g, pomidor 10g</b>  <b>zupa mleczna z kaszą 180ml</b> (składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , <u>kasza jęczmienna</u> , mięso drobiowe, <u>pomidor</u> ) Alergeny:1,7	<b>Zupa z kalafiora z ziemniakami 180ml</b>  (składniki:kalafior marchew, pietruska, por, koncentrat pomidorowy, makaron <u>pszenny</u> , przyprawy) Alergeny:1	<b>Kurczak pieczony z sosem warzywnym puree ziemniaczane z mlekiem 90g, surówka z buraczków z dodatkiem jabłka i oliwy 70g</b>  (składniki:mięso drobiowe, ziemniaki, przyprawy,buraki, jabłka, <u>mleko</u> )  Alergeny:7	<b>Maślanka 60 g</b>  (składniki: <u>mleko</u> , żywe kultury bakterii jogurtowych, mieszanka owoców)  Alergeny:7
27.9.2023  środa  Kcal:1112,3 B:19,2 T:39,1 W:113,8	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) kremem twarogowo-szpinakowym 10g (7) ogórek</b>  (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> , <u>masło</u> extra, <u>twaróg</u> chudy, szpinak)  Alergeny:1,7	<b>Zupa fasolowa krem 200ml, jogurt nat 15 ml</b>  (składniki:fasola drobna blendowana marchewka, pietruszka, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy <u>jogurt nat</u> )  Alergeny:7	<b>wieprzowina pieczona w sosie własnym 70gr z ziemniakami 80gr surówka coleslaw z cebulka na słodko70g, jogurt nat 20gr)</b>  składniki:wieprzowina z szynki, ziemniaki <u>pszenne</u> , kapusta, marchewka, <u>jogurt nat</u> przyprawy,) alergeny 1,7	<b>Galaretka owocowa 80g</b>  składniki: sok owocowy, owoce, pektyna  alergeny: brak
28.9.2023  czwartek  Kcal:972,3 B:18,2 T:29,1 W:104,5	<b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) polędwicą z indyka 96% mięsa 10g, pomidor 5g, kasza manna na mleku 180ml</b> (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , polędwica z indyka, pomidor, ogórek zielony, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u> ,)  Alergeny:1,7	<b>Zupa rosół z makaronem 180 ml,</b> (składniki:drób. koper, marchewka, pietruszka, por, natka pietruszki, <u>makaron pszenny</u> )  Alergeny: 1	<b>Pancakes 100gr jogurtem naturalnym 20g</b>  (składniki: mąka <u>pszenna</u> , <u>jajka</u> , owoce leśne, <u>jogurt naturalny</u> ) Alergeny:1,3,7	<b>owoc70g</b>  Alergeny:brak
29.9.2023  piątek  Kcal:1112,3 B:21,2	<b>Chleb z masłem, 30g (1,7) twarogiem 5g dodatkowo:Płatki kukurydziane na mleku 180ml (1,5,6,7)</b>  (składniki: <u>chleb pszenny</u> , <u>masło</u> extra, twarozek , <u>mleko</u> 2% tłuszczu, płatki	<b>Zupa z soczewicą i pomidorami 180ml,</b> (składniki:soczewica, pomidory świeże, marchewka, pietruszka, por, groszek zielony, ziemniaki, przyprawy, )	<b>Medalion z dorsza 90gr puree ziemniaków90 z mlekiem 10 ml, sałatka coleslaw90g</b>  (składniki: <u>dorsz czarny</u> , <u>jajka</u> , bułka tarta- <u>pszenna</u> , mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki,cebula, kapusta, <u>mleko</u> )	<b>Ciasto z owocami 60g</b>  (składniki: mąka <u>pszenna</u> , skrobia ziemniaczana,cukier,olej, <u>jajko</u> , proszek do pieczenia,jabłka )

<b>T:39,1</b> <b>W:12,8</b>	kukurydziane) <b>Alergeny:1,7</b>	<b>alergeny brak</b>	<b>Alergeny:1,3,4,7</b>	<b>alergeny : 1,3</b>
--------------------------------	--------------------------------------	----------------------	-------------------------	-----------------------

*Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziółowy, cukier waniliowy. Produkty spożywcze niezbędne do wytworzenia w/w posiłków zgodnie z informacjami producentów mogą zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.*

### **Legenda:**

**1. Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8.Orzechy 9.Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne.**