JADŁOSPIS

Catering dla najmłodszych

Prawidłowe żywienie dzieci to jeden z filarów, pozwalających stworzyć optymalne warunki dla ich rozwoju.

Nasza kuchnia odpowiada na bardzo zróżnicowane potrzeby wymagających odbiorców, jakimi są dzieci. Nasze jadłospisy tworzą kompetentni dietetycy i pełni pasji kucharze. Wybierz nas dla swojej placówki, by zadbać o zdrowe i pyszne jedzenie dla swoich podopiecznych!

Produkty prosto od lokalnych dostawców
Zapewniamy najświeższe produkty od sprawdzonych dostawców. Warzywa i owoce pochodzą z bezpiecznych i naturalnych upraw. Nasze artykuły nie zawierają konserwantów i innych ulepszaczy.

Nowoczesna kuchnia i technologia
Przy produkcji korzystamy z najnowszych rozwiązań technologicznych, pozwalających na profesjonalną obróbkę produktów spożywczych, z zachowaniem walorów odżywczych i smakowych.

Znajomość specyfiki karmienia dzieci
Doświadczenie w pracy z dziećmi, pozwala nam na stworzenie optymalnej oferty, która zaspokoi ich potrzeby odżywcze, ale też zapewni przyjemność ze spożywania posiłków. W tym celu zatrudniamy wykwalifikowanych i doświadczonych kucharzy oraz dietetyków.

Bezpieczna dystrybucja i gwarancja świeżości
Dzięki osobistej dystrybucji do Państwa placówki, jesteśmy w stanie zagwarantować najwyższą jakość i świeżość przygotowanych dań oraz bezpieczeństwo w obliczu wymogów rygoru sanitarnego.

PROSTO Z KUCHNI

www.prostozkuchni.waw.pl

JADŁOSPIS 03.11-07.11.2025

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie
Twarożek z rzodkiewką 1 (30g) Pieczywo mieszane: razowe, orkiszowe, pełnoziarniste 1 (30g) z masłem 2 (5g) Szynka wiejska 10 (10g) Ser żółty 2 (10g) Sezonowe warzywa do pochrupania (30g)

Obiad
Zupa brokułowa 11 (200ml) Indyk w sosie pomidorowo-bazyliowym 4, 13 (100g) Ryż (100g) Surówka szwedzka (50g) Cukinia w sosie pomidorowo-bazyliowym 4 (100g) Ryż (100g) Surówka szwedzka (50g) (w)

Podwieczorek
Shake waniliowo-truskawkowy 1,15 (100ml) Pieczywo mieszane: razowe, orkiszowe, pełnoziarniste 1 (30g) z masłem 2 (5g) Szynka drobiowa 12,13 (10g) Ser cheddar 2 (10g) Sezonowe warzywa do pochrupania (30g)

WTOREK

Śniadanie
Jogurt naturalny z kokosem i granolą 2 (100g) Pieczywo mieszane: razowe, orkiszowe, pełnoziarniste 1 (30g) z masłem 2 (5g) Szynka ze schabu 10 (10g) Ser żółty 2 (10g) Sezonowe warzywa do pochrupania (30g)

Obiad
Krem z kalafiora i batatów (200ml) Kluski śląskie 1 (100g) Delikatny sos śmietanowo-cebulowy (100g) Surówka z białej kapusty i papryki konserwowej (50g) Kluski śląskie 1 (100g) Delikatny sos śmietanowo-cebulowy (100g) Surówka z białej kapusty i papryki konserwowej (50g) (w)

Podwieczorek
Chałka z powidłami śliwkowymi (60g) Sezonowe owoce do pochrupania (30g)

ŚRODA

Śniadanie
Parówki z szynki 10 (40g) Pieczywo mieszane: razowe, orkiszowe, pełnoziarniste 1 (30g) z masłem 2 (5g) Szynka kulka 10 (10g) Ser żółty 2 (10g) Sezonowe warzywa do pochrupania (30g)

Obiad
Zupa ogórkowa 18 (200ml) Pałki z kurczaka 12 (100g) Kasza bulgur 1 (100g) Surówka z marchewki i kukurydzy (50) Kotlet sojowy (100g) Kasza bulgur 1 (100g) Surówka z marchewki i kukurydzy (50) (w)

Podwieczorek
Pasta z tuńczyka 9,14 (30g) Pieczywo mieszane: razowe, orkiszowe, pełnoziarniste 1 (30g) z masłem 2 (5g) Szynka z indyka 13 (10g) Ser cheddar 2 (10g) Sezonowe warzywa do pochrupania (30g)

CZWARTEK

Śniadanie
Mleczna owsianka 2 (100ml) Pieczywo mieszane: razowe, orkiszowe, pełnoziarniste 1 (30g) z masłem 2 (5g) Szynka kulka 10 (10g) Ser żółty 2 (10g) Sezonowe warzywa do pochrupania (30g)

Obiad
Zupa krem z zielonych warzyw(200ml) Pulpeciki szwedzkie drobiowe 13 (100g) Makaron penne 1 (50g) Surówka z kapusty czerwonej (50g) Pulpeciki warzywne (100g) Makaron penne 1 (50g) Surówka z kapusty czerwonej (50g) (w)

Podwieczorek
Ryż z jabłkami i cynamonem 8 (150g) Sezonowe owoce do pochrupania (30g)

PIĄTEK

Śniadanie
Hummus różowy 7,17 (30g) Pieczywo mieszane: razowe, orkiszowe, pełnoziarniste 1 (30g) z masłem 2 (5g) Szynka wiejska 10 (10g) Ser cheddar2(50g) Sezonowe warzywa do pochrupania (30g)

Obiad
Zupa krupnik jaglany (200ml) Paluszki rybne 14 (100g) Ziemniaki (100g) Surówka z kapusty kiszonej (50g) Paluszki z selera (100g) Ziemniaki (100g) Surówka z kapusty kiszonej (50g) (w)

Podwieczorek
Pancakes 1,2 (40g) Pieczywo mieszane: razowe, orkiszowe, pełnoziarniste 1 (30g) z masłem 2 (5g) Szynka z indyka 13 (10g) Ser żółty 2 (10g) Sezonowe warzywa do pochrupania (30g)

1.gluten 2.nabiał 3.marchew 4.pomidor 5.zielony groszek 6.gryka 7.strączkowe 8.jabłko 9.jaja 10.wieprzowina 11.brokuł 12.kurczak 13.indyk 14.ryba 15.truskawki 16.papryka 17.burak 18.ogórek kiszony 19.czerona soczewica 20.curry 21.cieicerzyca 22.seler

PROSTO z KUCHNI

www.prostozkuchni.waw.pl