



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

STANDARDY ŻYWIENIA

Żłobek nr 52
ul. Św. Urszuli Ledóchowskiej 8a
02-972



W Żłobku nr 52 żywimy zdrowo!

Nasze posiłki powstają na miejscu w kuchni żłobkowej .

Wykwalifikowany personel na podstawie jadłospisu przygotowanego przez intendenta przyrządza je zawsze tuż przed wydaniem bezpośrednio na grupę, zgodnie z zasadami Dobrej Praktyki Produkcyjnej HACCP

Standardy:

- Posiłki są przygotowywane zgodnie z wytycznymi Instytutu Matki i Dziecka.
- Jadłospis jest opracowany tak aby posiłki były prawidłowo zbilansowane, pełnowartościowe, kolorowe, zgodnie ze zleconymi dietami.
- Dzieci zachęcamy do jedzenia - nie zmuszamy .To dziecko decyduje czy zje posiłek i w jakiej ilości.
- Zachęcamy dzieci do próbowania każdej potrawy i poznawania nowych smaków
- Dbamy aby nasze posiłki były kolorowe i podawane estetycznie
- Ograniczamy użycie soli i cukru w potrawach zastępując je ziołami, przyprawami, naturalnymi owocami, miodem

- Dbamy o zapewnienie dzieciom odpowiedniej ilości płynów tj. woda, kompoty, soki świeżo wyciskane, herbaty w tym także herbatki ziołowe i owocowe.
- Dostosowujemy jadłospis dla dzieci z alergiami - eliminujemy alergeny, stosujemy w posiłkach produkty zastępcze
- Kształtujemy zdrowe nawyki – przed każdym posiłkiem pod opieką Pań opiekunek dzieci myją ręczki wodą i mydłem.
- Wspieramy dzieci w nauce samodzielnego jedzenia – towarzyszymy uważnie dokarmiając dzieci które potrzebują pomocy podczas posiłku.
- Tworzymy sytuacje, w których dzieci mogą przygotować swoje pierwsze dania
- Zgadzamy się na eksplorowanie jedzenia rączkami

Przykładowy Jadłospis

	Śniadanie	Obiad	Zupa	Podwieczorek
Poniedziałek	Płatki jęczmienne na mleku (d/kaszkii bezml.); pieczywo mieszane z masłem (d/Flora); hummus; papryka kolorowa; rumianek do picia II śniadanie: owoce, woda do picia	Potrąwka z indyka z warzywami (d/ciecierzycą); ziemniaki puree z koperkiem; mizeria z ogórka z jogurtem (d/oliwa); kompot owocowy	Rosółek z makaronem i natką pietruszki	Ryż na mleku z sosem śliwkowymi (d/ryż na wodzie)
Alergeny	gluten, mleko	gluten, mleko, seler	gluten, seler	mleko
Wtorek	Płatki ryżowe na mleku (d/kaszkii bezml.); pieczywo mieszane z masłem (d/Flora); jajecznicą ze szczypiorkiem (d/wędlina); pomidor II śniadanie: owoce, woda do picia	Kotlety wieprzowe (d/jajo sadzone); kasza gryczana; szpinak zasmażany; surówka z marchewki, selera z rodzynkami i mleczkiem kokosowym; kompot owocowy	Krem z kukurydzy z grzankami	Wafelek z bananową nutellą; maślanka brzoskwińowa (d/napój roślinny)
Alergeny	gluten, mleko, jajo	gluten, seler, jajo	seler	gluten, mleko
Środa	Kakao na mleku (d/herbata); szwedzki stół: pieczywo mieszane z masłem (d/Flora); wędlina, ser żółty, jajo na twardo, warzywa II śniadanie: owoce, woda do picia	Pulpeciki rybne w sosie chrzanowym; ziemniaki puree z koperkiem; fasolka szparagowa; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem i jogurtem (d/oliwa); kompot owocowy	Pomidorowa z ryżem i natką pietruszki	Ciasteczka amarantuski z suszonymi owocami; jogurt do picia (d/napój ryżowy)
Alergeny	gluten, mleko, jajo	gluten, mleko, seler, jajo, ryba	seler	mleko
Czwartek	Makaron na mleku (d/kaszkii bezml.); bułeczka z masłem (d/Flora); pasta z awokado i twarogu (d/pasta z awokado z ciecierzycą); rzodkiewka; mięta z miodem II śniadanie: owoce, woda do picia	Kaszotto z kurczakiem i brokułami (d/kaszotto z czerwoną fasolą); surówka warzywna z pestkami słonecznika i oliwą; kompot owocowy	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym	Kisiel jabłkowy; herbatnik (d/chrupki kukurydziane)
Alergeny	gluten, mleko	gluten, seler	gluten, seler	gluten
Piątek	Kasza manna na mleku (d/kaszkii bezml.); pieczywo mieszane z masłem (d/Flora); sałatka z szynką, serem, kukurydzą i ryżem; ogórek zielony II śniadanie: owoce, woda do picia	Ryba w sosie szpinakowym; ziemniaki puree z koperkiem; surówka z kapusty kiszzonej, z marchewką, jabłkiem, cebulą i oliwą; kompot owocowy	Krupnik	Wafelek ryżowy z twarożkiem bananowym (d/dżem)
Alergeny	gluten, mleko	gluten, seler, jajo, ryba	gluten, seler	mleko