

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 01.12.2025– 05.12.2025

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - szynka wieprzowa - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - jabłko - herbata miętowa - woda	120/A1,7 10 15 77/A7 25 5	- krem z zielonych warzyw <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata miętowa - klopsik z dorsza - sos porowy - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 40/A1 5 81/A4 22/A1 65 47	- jabłko na parze z sosem waniliowym - kompot z owoców mieszanych - wafitki ryżowe - herbata owoce leśne - woda	68/A1,3,7 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki owsiane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - orzech włoski mielony - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 17/A7 157/A7 60/A8 5	- ogórkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - potrawka z indyka - kopytka ziemniaczane - buraczki czerwone - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A7 5 125/A1,7 52/A1,3 15 47	- kisiel owocowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	81 18 47 18 5
Środa	- chleb i graham z masłem - pasta z ciecierzycy - kawa zbożowa na mleku - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 132/A7 73/A1,7 25 5	- krem z kalafiora - groszek ptysiowy - herbata owoce leśne - leczo drobiowe z pomidorami - kompot z owoców mieszanych - woda	71/A1,7,9 53/A1 5 66 47	- biszkopt z ptasim mleczkiem (tort) - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata z cytryną	210/A1,3,7 47 18 5

<i>Czwartek</i>	- weka z masłem - pasta drobiowa z marchewką - płatki ryżowe na mleku - rodzynki - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 58/A7 125/A7 35 5	- rosół z makaronem - herbata z cytryną - pyza z mięsem w sosie pomidorowym - kompot z owoców mieszanych - woda	106 /A1,9 5 143/A1,7 47	- jogurt grecki z owocami - chrupki kukurydżiane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydżiane - herbata malinowa	55/A7 18 47 18 5
<i>Piątek</i>	- chleb z masłem - pasta tuńczyka z jajkiem - kawa zbożowa na mleku - jabłko - herbata malinowa - woda	120/A1,7 86 /A3,4,7 73/A1,7 25 5	- krem z kukurydzy zabieleny - groszek ptysiowy - herbata malinowa - kotlet ziemniaczany - sos koperkowy - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 53/A1 5 110/A1,3 25 47	- ciasto bananowe - gruszka - kompot z owoców mieszanych - woda - ciasto bananowe - herbata	150/A1,3 25 47 150/A1,3 5

ALERGENY LEGENDA: *A1-gluten, A2-skorupiaki, A3-jaja, A4-ryby, A5-orzeszki ziemne, A6-soja, A7-mleko, A8-orzechy, A9-seler, A10 -gorczyca, A11-sezam, A12-dwutlenek siarki, A13-lubin, A14-mięczaki*
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: