

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 05.05.2024– 09.05.2024

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb, graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - szynka wieprzowa - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - banan - herbata - woda	120/A1,7 10 15 73/A7, 30 5	- krupnik zabieleny, <u>niezabielany</u> - herbata miętowa - miruna w cieście - surówka z marchewki i jabłka - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,7 5 62/A1,3,4 14 65 47	- czekoladowy biszkopt z ptasim mleczkiem(tort) - biszkopcik - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkopty - herbata owoce leśne	210/A1,3,7 40/A1 47 40/A1 5
Wtorek	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki ryżowe na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - żurawina - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 17/A7 72/A7 40 5	- krem z kukurydzy, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - bakłażan nadziewany mięsem i kaszą - surówka z białej kapusty - kompot z owoców mieszanych - woda	72/A7,9 53/A1 5 418 25 47	- koktajl z mango i banana na jogurcie, <u>na napoju owsianym</u> - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	74/A7 18 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z ciecierzycy - pomidor - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 132/A3,9 10 73/A1,7 25 5	- rosół z makaronem - herbata owoce leśne - potrawka drobiowa - ziemniaki - buraczki czerwone - kompot z owoców mieszanych - woda	106/A1,9 5 125/A1 65 15 47	- galaretka domowa - kiwi - wafitki - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki - herbata z cytryną	61 30 18 47 18 5

Czwartek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta drobiowa z papryką - płatki owsiane na mleku <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1 86/A7 174/A7 5	- krem porowo-paprykowy, <u>niezabielany</u> - grzanki - herbata z cytryną - pyza z mięsem w sosie pomidorowym niezabielanym - kompot z owoców mieszanych - woda	781A7,9 40/A1 5 143/A1,3 47	- ciasto bananowe - woda smakowa (cytryna, pomarańcz, mięta) - woda - ciasto bananowe - herbata malinowa	150/A1,3 10 150/A1,3 5
	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z tuńczyka z jajkiem, <u>na żółtku</u> - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata - woda	120/A1,7 86/A3,4,7 5 73/A1,7 5	- zupa z fasoli szparagowej, <u>niezabielana</u> - herbata miętowa - kotlet jarski - ziemniaki - sos porowy - kompot z owoców mieszanych - woda	77/A7,9 5 95/A1,3,9 65 25/A1,7 47	- chałka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - dżem truskawkowy - kompot z owoców mieszanych - kiwi, winogron - woda - chałka z masłem - herbata z owoców leśnych	120/A1,7 47 85 120/A1,7 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-łubin, A14-mięczaki
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: