

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 07.04.2024– 11.04.2024

	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 15 15 73/A7, 30 5	- ogórkowa z ryżem , <u>niezabielana</u> - herbata miętowa - kotlecik mielony z dorsza - marchewka duszona - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A1,7,9 5 62/A1,3,4 28 65 47	- koktajl z banana, jabłka i pomarańczy - biszkopty - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkopty - herbata owoce leśne	70 40/A1 47 40/A1 5
Wtorek	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki jaglane na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 17/A7 72/A7 5	- krem z kukurydzy, <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata z cytryną - kotlecik drobiowy w cieście - ziemniaki - surówka z kiszonego ogórka z jabłkiem - kompot z owoców mieszanych - woda	72/A7,9 40/A1 5 56/A1,3 65 15 47	- jabłko na parze w sosie waniliowym na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - wafitki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata malinowa	68/A1,3,7 18 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z awokado i fileta drobiowego - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 78/A7 73/A1,7 25 5	- ziemniaczana z białą kielbaską, <u>niezabielana</u> - herbata owoce leśne - pulpet drobiowy - kasza jęczmienna - surówka z rzepy, marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	130/A1,7 5 115/A1,3 40/A1 15/A7 47	- kisiel domowy - chrupki palki - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki palki - herbata z cytryną	81 18 47 18 5

Czwartek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - płatki orkiszowe na mleku <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1 15 52/A7 5	- krem porowo-paprykowy, <u>niezabielany z</u> groszkiem ptysiowym - herbata z cytryną - risotto - kompot z owoców mieszanych - woda	781A7,9 5 180/A1 47	- biszkopt z galaretką(tort) - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkopt z galaretką - herbata malinowa	189/A1,3 47 189/A1,3 5
	- weka 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> - grzanka - herbata miętowa - pierogi leniwe z sosem truskawkowym, <u>- kopytka z sosem truskawkowym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	77/A7,9 40/A1 5 125/A1,3 52/A3 47	- jogurt grecki z mango i bananem, <u>napój owsiany z mango i bananem</u> - wafitki ryżowe - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata z owoców leśnych	74/A7 18 47 18 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: