

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 08.12.2025– 12.12.2025

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - szynka wieprzowa - ogórek zielony - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata malinowa - woda	120/A1,7 15 10 73/A1,7 30 5	- koperkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata malinowa - makaron z jabłkiem prażonym - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 5 146/A1 47	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta jajeczna ze szczypiorkiem - pomidor - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata owoce leśne	120/A1,7 59/A3,7 10 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki jaglane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - słonecznik mielony - woda	120/A1,7 17/A7 72/A7 5 30	- krem z cukinii, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - gołąbki po francusku w sosie pomidorowym, <u>niezabielany</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	65/A7,9 53/A1 5 50/A1,3,7 47	- mus jabłkowo bananowy - kompot z owoców mieszanych - wafitki ryżowe - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	91 47 18 18 5
Środa	- chleb z masłem - pasta twarogowa z dżemem truskawkowym - kawa zbożowa na mleku - jabłko - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 65/A7 73/A1,7 25 5	- zupa z fasoli szparagowej - herbata z cytryną - kotlet drobiowy w sosie własnym - ziemniaki - surówka z ogórka kiszzonego i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	77/A7,9 5 112/A1 65 15 47	- galaretka domowa owocowa - wafitki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata z cytryną	85 18 47 18 5

Czwartek	- weka z masłem - pasta z awokado i fileta drobiowego - kakao na mleku - gruszka - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 78/A7 77/A7 25 5	- kalafiorowa z makaronem zabelana - herbata z cytryną - pieczeń rzymska - kasza jęczmienna - sos warzywny - kompot z owoców mieszanych - woda	63/A1,7 5 125/A1,3 40/A1 22/A1,7 47	- babeczki z kaszy mąki na mleku z musem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - chrupki pałki - woda - chrupki pałki - herbata malinowa	120/A1,7 47 18 18 5
Piątek	- kajzerka z masłem - dżem truskawkowy - ser gouda - płatki kukurydziane na mleku - herbata miętowa - woda	120/A1,7 15 17/A7 72/A1,7 5	- krem z marchewki zabelana - grzanki - herbata miętowa - miruna na parze z marchewką i groszkiem - ziemniaki - sos koperkowy - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A1,7,9 40/A1 5 81/A1,3,4 65 25 47	- rolada biszkoptowa z jabłkiem - kompot z owoców mieszanych - woda - rolada biszkoptowa z jabłkiem - herbata z owoców leśnych	76/A1,3 47 76/A1,3 5

ALERGENY LEGENDA: *A1-gluten, A2-skorupiaki, A3-jaja, 4-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: