

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 09.12.2024– 13.12.2024

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - dżem owoce leśne - pasta twarogowa z dżemem - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - banan - herbata - woda	120/A1,7 10 65/A7 73/A7, 50 5	- pomidorowa z ryżem, <u>niezabielany</u> - herbata miętowa - miruna w cieście - ziemniaki - surówka z oórka kiszzonego i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	76/A7,9 5 62/A1,3,4 65 15 47	- chałka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - powidła śliwkowe - sok owocowy(jabłko, marchew) - woda - chrupki pałki - herbata owoce leśne	120/A1,7 15 44 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - szynka drobiowa - płatki owsiane na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - żurawina - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 15 52/A7 40 5	- barszcz biały z ziemniakami, <u>niezabielany</u> - herbata z cytryną - pieczeń z fileta drobiowego w sosie własnym - kasza jęczmienna - buraczki czerwone - kompot z owoców mieszanych - woda	75/A1,7,9 5 110 40/A1 15 47	- kisiel malinowy - wafitki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata malinowa	81 18 47 18 5
Środa	- wek z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta drobiowa z papryką - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - herbata - jabłko - woda	120/A1,7 86 /A7 73/A1,7 5 25	- krem z kalafiora, <u>niezabielany</u> - grzanki - herbata owoce leśne - gołąbki po francusku z sosem pomidorowym - kompot z owoców mieszanych - woda	71/A1,9 40/A1 5 50/A1,3 47	- koktajl truskawkowy na jogurcie greckim, <u>napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - chrupki pałki - woda - chrupki pałki - herbata z cytryną	74/A7 47 18 18 5

Czwartek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - szynka wieprzowa - pomidor - kakao na mleku <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1 15 10 77/A7 5	- krupnik zabieleny, <u>niezabieleny</u> - herbata z cytryną - spaghetti z mięsa drobiowego - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A7,9 5 147/A1 47	- mus jabłkowo-bananowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	54 18 47 18 5
	Piątek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - <u>powidła śliwkowe</u> - ser gouda - płatki ryżowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata - woda	120/A1,7 15 17/A7 125/A7 5	- kalafiorowa z makaronem, <u>niezabieleny</u> - herbata malinowa - klopsik z dorsza - ziemniaki - sos koperkowy - kompot z owoców mieszanych - woda	63/A1,7,9 5 82/A1,3,4 65 22/A1,7 47	- galaretka owocowa - kompot z owoców mieszanych - biszkopty - woda - biszkopty - herbata z owoców leśnych

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-tubin, A14-mięczaki
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: