

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 12.01.2026– 16.01.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - ogórek kiszony - szynka wieprzowa - kakao na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - jabłko - herbata - woda	120/A1,7 5 15 77/A7 25 5	- krem z marchewki, <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata miętowa - kotlet mielony z dorsza w panierce - ziemniaki - duszona marchewka - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A7,9 40/A1 5 62/A1,3,4 65 28 47	- budyń domowy na mleku, <u>na napoju</u> <u>owsianym</u> - biszkopty - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkopty - herbata owoce leśne	74/A7 40/A1 47 40/A1 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - ser gouda - płatki owsiane na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - rodzynki - woda	120/A1,7 17/A7 157/A7 5 35	- rosół z lanym ciastem - herbata z cytryną - pyza z mięsem w sosie pomidorowym <u>niezabielanym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	106/A7,9 5 143/A1,3, 7 47	- mus jabłkowo-bananowy - wafitki ryżowe - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	91 18 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pasztet drobiowy z papryką - ogórek zielony - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 86/A7 10 73/A1,7 25 5	- krupnik zabielany, <u>niezabielany</u> - herbata owoce leśne - filet drobiowy w sosie własnym - ziemniaki - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,7,9 5 112/A1 65 14 47	- kisiel malinowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	81 18 47 18 5

Czwartek	- weka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pasta z królika - ogórek kiszony - kakao na mleku <u>na napoju</u> <u>owsianym</u> - banan - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 58/A7 5 77/A7 30 5	- krem z zielonych warzyw, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - gołąbki po francusku w sosie pomidorowym, <u>niezabielane</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	90/A7 53/A1 5 50/A1,3 47	- babka bananowa - kompot z owoców mieszanych - woda - babka bananowa - herbata malinowa	150/A1,3 47 150/A1,3 5
	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - ser gouda - kasza manna na mleku, <u>na napoju</u> <u>owsianym</u> - jabłko - herbata - woda	120/A1,7 17/A7 148/A7 25 5	- ogórkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata - pulpet z dorsza - sos warzywny - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych	89/A7,9 5 82/A1,3,4 22/A1 65 47	- jabłko na parze w sosie waniliowym na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - biszkopty - herbata z cytryną	68/A1,3,7 47 40/A1 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: