

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 12.05.2025– 16.05.2025

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - dżem truskawkowy - pasta twarogowa z dżemem - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - jabłko - herbata malinowa - woda	120/A1,7 15 65/A7 73/A1,7 25 5	- pomidorowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata malinowa - kotlet mielony z dorsza - ziemniaki - marchewka duszona z goszkiem - kompot z owoców mieszanych - woda	76/A1,7,9 5 139/1,3,7 65 25 47	- budyń domowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata owoce leśne	140/A3,7 18 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - płatki jaglane na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - żurawina - woda	120/A1,7 10 72/A7 5 40	- ziemniaczana z białą kielbasą <u>niezabielana</u>, - herbata z cytryną - pieczeń rzymska - kasza jęczmienna - sos warzywny - kompot z owoców mieszanych - woda	130/A1,7 5 125/A1,3 40/A1 22/A1 47	- gofry - kompot z owoców mieszanych - jabłko, kiwi - woda - gofry - herbata malinowa	150 /A1,3 47 85 150/A1,3 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta jajeczna ,<u>na żółtku</u> - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - jabłko - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 89/A3,7 5 73/A1,7 25 5	- krem z marchewki, <u>niezabielany</u> - grzanki - herbata z cytryną - gołąbki po francusku - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A1,7,9 40/A1 5 50/A1,3 47	- jogurt grecki z owocami, <u>napój owsiany z owocami</u> - kompot z owoców mieszanych - wafitki kukurydziane - woda - wafitki kukurydziane - herbata z cytryną	55/A7 47 18 18 5

Czwartek	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z królika - pomidor - kakao na mleku <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata z cytryną - woda	120/A1 58/A7 10 77/A7 30 5	-jarzynowa z makaronem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - kotlet drobiowy w panierce paprykowej - ziemniaki - surówka z ogórka kiszzonego i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	86/A7,9 5 112/A1,3 46 15 47	- babeczki z kaszy manny na mleku, <u>napoju owsianym</u> z musem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - chrupki pałki - woda - chrupki pałki - herbata malinowa	120/A1,7 47 18 18 5
	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - dżem brzoskwiniowy - ser gouda - płatki kukurydziane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata miętowa - woda	120/A1,7 15 17/A7 72/A1,7 5	- koperkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata miętowa - klopsik z miruny - ziemniaki - sos warzywny - kompot z owoców mieszanych - woda	86/A1,7,9 5 81/A1,3,4 65 25 47	- biszkopt z jogurtem (tort) - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkopt - herbata z owoców leśnych	210/A1,3 47 210/A1,3 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: