

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 15.12.2025– 19.12.2025

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb, graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - szynka wieprzowa - pomidor - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata malinowa - woda	120/A1,7 15 10 73/A1,7 30 5	- barszcz czerwony z ziemniakami, <u>niezabielany</u> - herbata malinowa - naleśniki na mleku, na <u>napoju owsianym</u> z powidłami śliwkowymi - kompot z owoców mieszanych - woda	85/A7,9 5 139/A1,3,7 47	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta drobiowa z marchewką - ogórek zielony - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata owoce leśne	120/A1,7 58/A7 10 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki ryżowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - żurawina - woda	120/A1,7 17/A7 125/A7 5 40	- pomidorowa z makaronem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - filet drobiowy na parze - kasza jęczmienna - sos warzywny, <u>niezabielany</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A1,7,9 5 125 40/A1 22/A1,7 47	- jogurt grecki z mango i bananem - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	74/A7 47 18 5
Środa	- chleb z masłem - pasta z łososiem - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku - jabłko - herbata miętowa - woda	120/A1,7 86/A3,4,7 5 73/A1,7 25 5	- porowa z grzanką - herbata miętowa - spaghetti drobiowe - kompot z owoców mieszanych - woda	76/A1,7,9 5 147/A1 47	- chałka z masłem - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkopty - herbata z cytryną	120/A1/A7 47 40/A1 5

Czwartek	- weka z masłem - pasta z królika - ogórek zielony - kakao na mleku - gruszka - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 86/A7 10 77/A7 25 5	- ogórkowa z ryżem - herbata z cytryną - gulasz z mięsa mielonego w sosie własnym - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A7 5 112/A1 65 47	- babka marchewkowa - kompot z owoców mieszanych - woda - babka marchewkowa - herbata malinowa	224/A1,3 47 224/A1,3 5
Piątek	- kajzerka z masłem - pomidor - ser gouda - płatki owsiane na mleku - herbata miętowa - woda	120/A1,7 10 17/A7 157/A7 5	- krem z marchewki - grzanki - herbata miętowa - miruna na parze - marchewka duszona - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A1,7,9 40/A1 5 82/A1,4 25 65 47	- budyń domowy - wafitki ryżowe - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata z owoców leśnych	140/A1,3,7 18 47 25 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: