

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 17.11.2025– 21.11.2025

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb 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	- ogórkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata malinowa - klopsik z miruny - ziemniaki - sos porowy, <u>niezabielany</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A7,9 5 81/A1,3,4 65 25/A1,7 47	- kisiel malinowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata owoce leśne	81 18 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	- krem z cukinii, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - pulpecik drobiowy - kasza jęczmienna - sos warzywny, <u>niezabielany</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	65/A7,9 53/A1 5 115/A1,3 40/A1 22/A1,7 47	- babeczki z kaszy manny na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	120/A1,7 47 18 5
Środa	- chleb, graham z masłem - pasta z tuńczyka z jajkiem - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku - jabłko - herbata miętowa - woda	120/A1,7 86/A3,4,7 5 73/A1,7 25 5	- pomidorowa z makaronem - herbata miętowa - kotlet drobiowy w sosie własnym - ziemniaki - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A1,7,9 5 112 65 15 47	- koktajl bananowo-szpinakowy - biszkpty - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkpty - herbata z cytryną	167/A7 40/A1 47 40/A1 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	- zupa wiedeńska z kaszą manną - herbata z cytryną - risotto - kompot z owoców mieszanych - woda	96/A1,7,9 5 180/A1 47	- biszkopt z ptasim mleczkiem (tort) - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata malinowa	210/A1,3,7 47 18 5
Piątek	- kajzerka z masłem - pomidor - ser gouda - płatki kukurydziane na mleku - herbata miętowa - woda	120/A1,7 10 17/A7 72/A1,7 5	- krem z marchewki zabelana - grzanki - herbata miętowa - pierogi leniwe z sosem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A1,7,9 40/A1 5 125/A1,3, 7 47	- chałka z masłem - jabłko - kompot z owoców mieszanych - woda - jabłko - herbata z owoców leśnych	120/A1,7 25 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: