

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 12.11.2024– 15.11.2024

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	-----		-----		-----	
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pomidor - płatki owsiane na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - rodzynki - woda	120/A1,7 10 157/A7 5 35	- krem z marchewki, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - risotto - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A7,9 53/A1 5 180/A1 47	- koktajl bananowo-szpinakowy na mleku owsianym - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	167/A7 18 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - szynka drobiowa - ser gouda - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - gruszka - herbata malinowa - woda	120/A1,7 15 17/A7 73/A1,7 25 5	- porowa z grzankami, <u>niezabielana</u> - herbata malinowa - gulasz drobiowy, <u>niezabielany</u> - ziemniaki - surówka colesław - kompot z owoców mieszanych - woda	76/A7,9 5 56/A1,7 65 87 47	- muffinki bananowe - kompot z owoców mieszanych - woda - muffinki bananowe - herbata z cytryną	150/A1,3 47 150/A1,3 5

Czwartek	- weka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u>	120/A1	- koperkowa z makaronem, <u>niezabielana</u>	165/A1,7	- jogurt grecki z owocami, <u>napój owsiany</u> z <u>owocami</u> ,	55/A7
	- pasta z łososia - ogórek kiszony - kakao na mleku <u>na napoju</u> <u>owsianym</u>	130/A7 15 77/A7	- herbata z cytryną	5	- biszkopcik podłużny - kompot z owoców mieszanych	40/A1 47
	- jabłko - herbata z cytryną	25 5	- kotlet drobiowy w panierce paprykowej - ryż z duszoną marchewką - kompot z owoców mieszanych - woda	112/A1,3 33/A1 47	- woda - biszkopcik podłużny - herbata malinowa	40/A1 5
Piątek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u>	120/A1,7	- ogórkowa z kaszą, <u>niezabielana</u>	98/A7,9	- domowa galaretka owocowa	70
	- pasta jajeczna ze szczypiorkiem, <u>na żółtku</u>	59/A3,7	- herbata z cytryną	5	- wafitki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych -	18 47
	- pomidor - kawa zbożowa na mleku, <u>na</u> <u>napoju owsianym</u>	10 73/A1,7	- klopsik z dorsza - sos porowy - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	30/A1,3,4 25/A1,7 65 47	- woda - wafitki kukurydziane - herbata z owoców leśnych	18 5
	- banan - herbata	30 5				
	- woda					

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: