

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 05.01.2026 – 09.01.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - szynka wieprzowa - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - jabłko - herbata - woda	120/A1,7 10 15 73/A1,7 25 5	- koperkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata - makaron z jabłkiem prażonym - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A1,7 5 146/A1 47	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta jajeczna ze szczypiorkiem - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata owoce leśne	120/A1,7 59/A3,7 47 18 5
Wtorek	-----	-----	-----	-----	-----	-----
Środa	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki ryżowe na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 17/A7 125/A7 5	- ziemniaczana z białą kielbaską - herbata z cytryną - pierogi leniwe z cynamonem - kopytka ziemniaczane - kompot z owoców mieszanych - woda	130/A7,9 5 125/A3,7 52/A1,3 47	- biszkopt z ptasim mleczkiem(tort) - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkopt z ptasim mleczkiem - herbata z cytryną	220/A1,3,7 47 220/A1,3,7 5

Czwartek	- chleb, graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u>	120/A1,7	- barszcz czerwony z ziemniakami, <u>niezabielany</u>	85/A7,9	- koktajl owocowy(banan, jabłko, pomarańcza)	70
	- pasta drobiowa z marchewką	86/A7	- herbata owoce leśne	5	- babka marchewkowa	224/A1,3
	- kakao na mleku <u>na napoju owsianym</u>	77/A1,7	- gołąbki po francusku w sosie pomidorowym	50/A1,3	- woda	
	- mandarynka	26	- kompot z owoców mieszanych	47	- babka marchewkowa	224/A1,3
	- herbata owoce leśne	5	- woda		- herbata malinowa	5
	- woda					
Piątek	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u>	120/A1,7	- zupa z fasoli szparagowej , <u>niezabielana</u>	77/A7,9	- chałka z masłem, <u>masłem roślinnym</u>	120/A1,7
	- pomidor	10	- grzanka	40/A1	- kompot z owoców mieszanych	47
	- płatki jaglane na mleku, <u>na napoju owsianym</u>	72/A7	- herbata miętowa	5	- jabłko	25
	- herbata	5			- woda	
	- woda		- kotlecik mielony z dorsza	125/A3,4	- jabłko	25
			- ziemniaki	65	- herbata z owoców leśnych	5
			- sos porowy	25/A1,7		
			- kompot z owoców mieszanych	47		
			- 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-hubin, A14-mięczaki

Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: