

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 09.02.2026 – 13.02.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - szynka wieprzowa - ogórek zielony - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata malinowa - woda	120/A1,7 15 10 73/A1,7 30 5	- krupnik, <u>niezabielany</u> - herbata malinowa - ryż na mleku <u>na napoju owsianym</u> z musem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A7,9 5 133/A1,7 47	- chałka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - jabłko - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata owoce leśne	120/A1,7 25 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki jaglane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - słonecznik mielony - woda	120/A1,7 17/A7 72/A7 5 30	- krem z cukinii, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym - kompot z owoców mieszanych - woda	65/A7,9 53/A1 5 200/A7 47	- kisiel malinowy domowy - kompot z owoców mieszanych - wafitki ryżowe - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	81 47 18 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z ciecierzycy - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - jabłko - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 132/A7 73/A1,7 25 5	- pomidorowa z makaronem/ <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - gulasz drobiowy z warzywami - kasza jęczmienna - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A7,9 5 112/A1 40/A1 47	- galaretka domowa owocowa - chrupki kukurydziane - mandarynka - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	85 18 26 47 18 5

Czwartek	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z awokado i fileta drobiowego - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - gruszka - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 78/A7 77/A7 25 5	- jarzynowa z ziemniakami, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - pulpet drobiowy - ryż na sypko z marchewką - sos warzywny - kompot z owoców mieszanych - woda	86/A1,7 5 115/A1,3 30/A1 22/A1,7 47	- pączki pieczone w piekarniku - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata malinowa	250/A1,3,7 47 18 5
	Piątek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki kukurydziane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata miętowa - woda	120/A1,7 17/A7 72/A1,7 5	- krem z zielonych warzyw, <u>niezabielany</u> - grzanki - herbata miętowa - miruna na parze z marchewką i groszkiem - ziemniaki - sos koperkowy - kompot z owoców mieszanych - woda	90/A1,7,9 40/A1 5 81/A1,3,4 65 25 47	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta jajeczna - pomidor - sałatka zielona - rzodkiewka - kompot z owoców mieszanych - woda - jabłko - herbata z owoców leśnych

ALERGENY LEGENDA: *A1-gluten, A2-skorupiaki, A3-jaja, 4-ryby, A5-orzeszki ziemne, A6-soja, A7-mleko, A8-orzechy, A9-seler, A10 -gorczyca, A11-sezam, A12-dwutlenek siarki, A13-tubin, A14-mięczaki*
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: