

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 16.02.2026– 20.02.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - szynka wieprzowa - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - jabłko - herbata miętowa - woda	120/A1,7 10 15 77/A7 25 5	- ogórkowa z makaronem <u>niezabielany</u> - herbata miętowa - kotlecik ziemniaczany - sos koperkowy - kompot z owoców mieszanych - woda	98/A7,9 5 110/A1,3 25/A1 47	- biszkopt z ptasim mleczkiem, <u>biszkopt</u> (tort) - kompot z owoców mieszanych - biszkopt - herbata owoce leśne - woda	210/A1,3,7 47 210/A1,3 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki orkiszowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 17/A7 52/A7 5	- kalafiorowo-pomidorowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - filet drobiowy na parze - ziemniaki - sos warzywny - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A7,9 5 115 65 22/A1,7 47	- babeczki z kaszy manny na mleku, na <u>napoju owsianym</u> z mussem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata malinowa	120/A1,7 47 18 5
Środa	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta twarogowa z dżemem - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 65/A7 73/A1,7 25 5	- barszcz czerwony z ziemniakami, <u>niezabielany</u> - herbata owoce leśne - leczo drobiowe z pomidorami - kasza jęczmienna - kompot z owoców mieszanych - woda	85/A1,7,9 5 66 40/A1 47	- mus marchewkowo-jabłkowo-gruszkowy - wafitki zbożowe - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki zbożowe - herbata z cytryną	54 18 47 18 5

Czwartek	- weka z masłem, <u>z masłem roślinnym</u>	120/A1,7	- wiedeńska z kaszą manną niezabielana	96 /A1,9	- jogurt grecki z owocami <u>,napój owsiany z owocami</u>	55/A7
	- pomidor	10	- herbata z cytryną	5	- chrupki kukurydziane	18
	- płatki ryżowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u>	125/A7	- kotlet drobiowy w panierce paprykowej	112/A1,3	- kompot z owoców mieszanych	47
	- żurawina	40	- ziemniaki	65	- woda	
	- herbata z cytryną	5	- surówka z marchewki i jabłka	25	- chrupki kukurydziane	18
	- woda		- kompot z owoców mieszanych	47	- herbata malinowa	5
			- woda			
Piątek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u>	120/A1,7	- krem porowo-paprykowy, <u>niezabielany</u>	80/A1,7,9	- ciasto bananowe	150/A1,3
	- pasta z awokado i jajka	867/A3,7	- groszek ptysiowy	54/A1	- gruszka	25
	- kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u>	73/A1,7	- herbata malinowa	5	- kompot z owoców mieszanych	47
	- jabłko	25	- pulpet z dorsza	81/A3,4	- woda	
	- herbata malinowa	5	- sos porowy	22/A1		
	- woda		- ziemniaki	65	- ciasto bananowe	150/A1,3
			- kompot z owoców mieszanych	47	- herbata	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-hubin, A14-mięczaki*
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: