

# Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

**Na okres 04.05.2026 – 08.05.2026**

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
<b>Poniedziałek</b>	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - szynka wieprzowa - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata miętowa  - woda	120/A1,7  10 10 77/A7  30 5	- krem z marchewki, <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata miętowa  - miruna na parze - sos warzywny, <u>niezabielany</u> - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych  - woda	83/A7,9 40/A1 5  81/A3,4 25 65 47	- biszkopt z ptasim mleczkiem (tort) - <u>biszkopt</u> - kompot z owoców mieszanych  - biszkopty - herbata owoce leśne  - woda	210/A1,3,7 210/A1,3 47  40/A1,3 5
<b>Wtorek</b>	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki jaglane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną  - woda	120/A1,7  17/A7 72/A7  5	- kalafiorowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną  - pieczeń rzymska - kasza jęczmienna - sos warzywny, <u>niezabielany</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	63/A1,7 5  125 40/A1 25/A1,7 47	- budyń waniliowy domowy na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - wafitki ryżowe  - woda  - wafitki ryżowe - herbata malinowa	84/A1,3,7  47 18  18 5
<b>Środa</b>	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z łososia - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7  130/A4,7 5 73/A1,7  5	- ziemniaczana z kiełbasą, <u>niezabielana</u> - herbata owoce leśne  - risotto - kompot z owoców mieszanych - woda	130/A7,9 5  180/A1 47	- kisiel truskawkowy domowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych  - woda  - chrupki pałki - herbata z cytryną	81 18 47  18 5

<b>Czwartek</b>	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - płatki owsiane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - rodzynki - herbata z cytryną  - woda	120/A1,7  10 157/A7  35 5	- krupnik zabieleny, <u>niezabieleny</u> - herbata z cytryną  - filet drobiowy w sosie własnym - ryż na sypko - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	80 /A1,7 5  112/A1 30/A1 25 47	- sałatka owocowa(banan,truskawka,kiwi jabłko - kompot z owoców mieszanych - wafitki kukurydziane  - woda  - wafitki kukurydziane - herbata malinowa	54  47 18   18 5
	<b>Piątek</b>	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta twarogowa z dżemem truskawkowym - <u>dżem truskawkowy</u> - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - jabłko - herbata malinowa  - woda	120/A1,7  65/A7  15 73/A1,7  25 5	- krem z kukurydzy, <u>niezabieleny</u> - groszek ptysiowy - herbata malinowa  - makaron z musem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 53/A1 5  146/A1 47	- chałka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - gruszka - kompot z owoców mieszanych  - woda  - gruszka - herbata

**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-tubin, A14-mięczaki  
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

**SPORZĄDZIŁ:**