

# Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

**Na okres 13.04.2026– 17.04.2026**

	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> - jabłko - herbata miętowa  - woda	120/A1,7  10 15 77/A7  25 5	- jarzynowa z makaronem, <u>niezabielany</u> - herbata miętowa  - kotlecik ziemniaczany - sos koperkowy - kompot z owoców mieszanych  - woda	72/A7,9  5  110/A1,3 25/A1 47	- krem czekoladowy z awokado i banana - wafle ryżowe - banan, borówka amerykańska - kompot z owoców mieszanych  - wafle ryżowe - herbata owoce leśne  - woda	104 18 30 47  18 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	- koperkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną  - potrawka drobiowa - ziemniaki - buraczki czerwone - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 5  125/A1,7 65 15 47	- babeczki z kaszy manny na mleku, <u>na napoju owsianym</u> z mussem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych  - woda  - chrupki pałki - herbata malinowa	120/A1,7  47  18 5
<b>Środa</b>	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta drobiowa z papryką - kawa zbożowa na mleku - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7  86/A7 73/A1,7 25 5	- krem z kukurydzy, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata owoce leśne  - gulasz z kaczki z warzywami - kasza jęczmienna - kompot z owoców mieszanych - woda	71/A1,7,9 53/A1 5  115/A1,7, 40/A1 47	- babka marchewkowa - kompot z owoców mieszanych  - woda  - babka marchewkowa - herbata z cytryną	224/A1,3 47  224/A1,3 5

<b>Czwartek</b>	- weka z masłem, <u>z masłem roślinnym</u> - ogórek kiszony - pasta z łososia - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata z cytryną  - woda	120/A1,7  5 130/A4,7 73/A1,7  30 5	- barszcz czerwony z ziemniakami <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną  - filet drobiowy na parze - sos warzywny - ryż na sypko z marchewką - kompot z owoców mieszanych - woda	85 /A7,9  5  56 22/A1,7 30 47	- kisiel owocowy domowy - biszkopty - kompot z owoców mieszanych  - woda  - biszkopty - herbata malinowa	81 40/A1 47   40/A1 5
	<b>Piątek</b>	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - płatki ryżowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata malinowa  - woda	120/A1,7  10 125 /A7  5	- pomidorowa z makaronem, <u>niezabielana</u> - herbata malinowa  - pulpet z dorsza - sos porowy - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A1,7,9  5  81/A3,4 22/A1 65 47	- mus bananowo-jabłkowy - wafitki - kompot z owoców mieszanych  - woda  - wafitki - 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:**