

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 20.04.2026 – 24.04.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z tuńczyka z jajkiem - pomidor - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata malinowa - woda	120/A1,7 86/A3,4,7 10 73/A1,7 5	- barszcz biały z kielbasą i ziemniakami, <u>niezabielany</u> - herbata malinowa - ryż na mleku, na <u>napoju owsianym</u> z jabłkiem prażonym - kompot z owoców mieszanych - woda	75/A7,9 5 133/A1,7 47	- koktajl ze szpinakiem i bananem - babka łąciata - kompot z owoców mieszanych - woda - babka łąciata - herbata owoce leśne	167 145/A1,3 47 145/A1,3 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki owsiane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - żurawina - woda	120/A1,7 17/A7 157/A1,7 5 40	- krem z ciecierzycy, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - filet drobiowy w sosie własnym - ziemniaki - surówka z selera i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	65/A7,9 54/A1 5 112/A1 65 92/A9 47	- jogurt grecki z owocami - kompot z owoców mieszanych - wafitki ryżowe - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	55/A7 47 18 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta jajeczna ze szczypiorkiem - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - jabłko - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 59/A3,7 73/A1,7 25 5	- ogórkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - leczy z pomidorami - kasza jęczmienna - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A7,9 5 66 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	- warka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z królika - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - gruszka - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 58/A7 77/A7 25 5	- rosół z makaronem - herbata z cytryną - pyzy z mięsem w sosie pomidorowym, <u>niezabielany</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	106/A1 5 143/A1,3, 7 47	- budyń czekoladowy na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	140/A1,3,7 18 47 18 5
	Piątek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - pomidor - płatki orkiszowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata miętowa - woda	120/A1,7 17/A7 10 52/A7 5	- krem z cukinii, <u>niezabielany</u> - grzanki - herbata miętowa - miruna na parze - ziemniaki - sos koperkowy - kompot z owoców mieszanych - woda	65/A1,7,9 40/A1 5 81/A1,3,4 65 25 47	- chałka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - jabłko - 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: