

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 06.07.2026 – 10.07.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - szynka wieprzowa - pomidor - kawa zbożowa na mleku, <u>na</u> <u>napoju owsianym</u> - herbata malinowa - woda	120/A1,7 15 10 73/A1,7 5	- krupnik zabieleny, <u>niezabieleny</u> - herbata malinowa - ryż na mleku, na <u>napoju owsianym</u> z musem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,7,9 5 133/A1,7 47	- ciasto bananowe - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata owoce leśne	150/A1,3 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - ser gouda - płatki owsiane na mleku, <u>na</u> <u>napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - żurawina - woda	120/A1,7 17/A7 157/A1,7 5 40	- krem z ciecierzycy, <u>niezabieleny</u> - grzanki - herbata z cytryną - filet drobiowy w sosie własnym - ziemniaki - surówka z selera i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	65/A7,9 40/A1 5 112/A1 65 92/A9 47	- jogurt grecki z owocami, na <u>napoju</u> <u>owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	74/A7 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pasta jajeczna ze szczypiorkiem - kawa zbożowa na mleku, <u>na</u> <u>napoju owsianym</u> - jabłko - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 65/A3,7 73/A1,7 25 5	- ogórkowa z ryżem, <u>niezabieleny</u> - herbata z cytryną - leczo z pomidorami - kasza jęczmienna - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A7,9 5 66 40/A1 47	- galaretka domowa owocowa - chrupki kukurydziane - morela - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	85 18 24 47 18 5

Czwartek	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u>	120/A1,7	- pomidorowo-kalafiorowa z ryżem, <u>niezabielana</u>	80/A1,7,9	- budyń domowy waniliowy na mleku, na <u>napoju owsianym</u>	140/A1,3,7
	- pasta drobiowa z marchewką	58/A7	- herbata z cytryną	5	- chrupki kukurydżiane	18
	- kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u>	77/A7			- kompot z owoców mieszanych	47
	- gruszka	25	- zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym	200/A7	- woda	
	- herbata z cytryną	5	- kompot z owoców mieszanych	47	- chrupki kukurydżiane	18
	- woda		- woda		- herbata malinowa	5
Piątek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u>	120/A1,7	- krem z kukurydzy, <u>niezabielany</u>	72/A1,7,9	- racuchy z jabłkiem na mleku, <u>na napoju owsianym</u>	70/A1,3,7
	- ser gouda	17/A7	- grzanki	40/A1	- kompot z owoców mieszanych	47
	- pomidor	10	- herbata miętowa	5		
	- płatki owsiane na mleku, <u>na napoju owsianym</u>	157/A1,7	- miruna na parze z marchewką i groszkiem	81/A1,3,4	- woda	
	- herbata miętowa	5	- ziemniaki	65	- wafitki	18
	- woda		- kompot z owoców mieszanych	47	- herbata z owoców leśnych	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-łubin, A14-mięczaki*
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: