

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 20.07.2026– 24.07.2026

	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	- krem z zielonych warzyw <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata miętowa - filet z miruny na parze - sos porowy, <u>niezabielany</u> - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 40/A1 5 81/A4 22/A1,7 65 47	- mus jabłkowo-gruszkowy - wafitki ryżowe - kompot z owoców mieszanych - wafitki ryżowe - herbata owoce leśne - woda	54 18 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki ryżowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 17/A7 125/A7 5	- ogórkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - potrawka z indyka, <u>niezabielana</u> - kasza jęczmienna - ogórek kiszony - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A7 5 125/A1,7 40/A1 5 47	- jabłko na parze w sosie waniliowym na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - borówka amerykańska - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	68/A1,3,7 47 30 18 5
Środa	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta drobiowa z papryką - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 58/A7 73/A1,7 25 5	- krem kalafiorowo-brokulowy, <u>niezabielany z grzanką</u> - herbata owoce leśne - leczo drobiowe z pomidorami - kompot z owoców mieszanych - woda	71/A1,7,9 5 66 47	- kisiel domowy owocowy - chrupki pałki - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata z cytryną	81 18 47 18 5

Czwartek	- weka z masłem, z <u>masłem roślinnym</u> - pasta z ciecierzycy - płatki owsiane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - rodzynki - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 132/A7 157/A7 35 5	- krupnik, <u>niezabielany</u> - herbata z cytryną - filet drobiowy w sosie własnym - ziemniaki - ogórek zielony - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,9,7 5 112/A1 65 10 47	- jogurt grecki z owocami, <u>na napoju owsianym</u> - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	55/A7 18 47 18 5
Piątek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta tuńczyka z jajkiem - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - jabłko - herbata malinowa - woda	120/A1,7 86 /A3,4,7 73/A1,7 25 5	- krem z kukurydzy, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata malinowa - makaron z musem malinowym - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 53/A1 5 146/A1,3 47	- biszkopt z ptasim mleczkiem(tort) - biszkopty - kompot z owoców mieszanych - woda - biszkopty - herbata	210/A1,3,7 40/A1 47 40/A1 5

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: