

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 27.07.2026 – 31.07.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta jajeczna ze szczypiorkiem - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata miętowa - woda	120/A1,7 59/A3,7 77/A7 30 5	- krem z porowo-paprykowy, <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata miętowa - klopsik z miruny - sos warzywny, <u>niezabielany</u> - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	78/A7,9 40/A1 5 81/A3,4 25 65 47	- biszkopt z galaretką - kompot z owoców mieszanych - biszkopt z galaretką - herbata owoce leśne - woda	210/A1,3,7 47 210/A1,3,7 5
Wtorek	- 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 makaronem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - gulasz drobiowy z warzywami - kasza jęczmienna - kompot z owoców mieszanych - woda	63/A1,7 5 56/A1,7 40/A1 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
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z tuńczyka z jajkiem - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 86/A3,4,7 73/A1,7 5	- ziemniaczana z kielbasą, <u>niezabielana</u> - herbata owoce leśne - risotto - kompot z owoców mieszanych - woda	130/A7,9 5 180/A1 47	- naleśniki na mleku na napoju owsianym z dżemem brzoskwiniowym - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata z cytryną	139/A1,3,7 47 18 5

Czwartek	- grahamka 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	- jarzynowa z makaronem, <u>niezabielany</u> - herbata z cytryną - filet drobiowy w sosie własnym - ryż na sypko - warzywa na parze - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,7,9 5 112/A1 30/A1 25 47	- placuszki z cukinii - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata malinowa	210/A1,3 47 18 5
Piątek	- 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 zielonych warzyw, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata malinowa - jajko na twardo - sos koperkowy - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 53/A1 5 46/A3 22/A1 65 47	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - gruszka - kompot z owoców mieszanych - woda - gruszka - herbata	120/A1,7 25 47 25 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: