

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 17.08.2026– 21.08.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - szynka wieprzowa - nektarynka - kawa zbożowa na mleku/ <u>napoju</u> <u>owsianym</u> - herbata owocowa - woda	120/A1,7 15 9 73/A1,7 5	- krem brokułowo-kalafiorowy z grzankami/ <u>niezabielany</u> - herbata z cytryną - klopsik z miruny - kasza jęczmienna - sos koperkowy - kompot z owoców mieszanych - woda	71/A1,7,9 5 81/A3,4 40/A1 22/A1,7 47	- ciasto bananowe - kompot z owoców mieszanych - woda - ciasto bananowe - herbata owocowa - woda	150/A1,3 47 150/A1,3 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - ser gouda - płatki jaglane na mleku/ <u>napoju</u> <u>owsianym</u> - herbata owocowa - rodzynki - woda	120/A1,7 17/A7 125/A7 5 35	- zupa pomidorowa z ryżem/ <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - zapiekanka z mięsem mielonym - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A7,9 5 200/A7 47	- galaretka domowa - chrupki kukurydziane - morele - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa - woda	60 18 24 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pasztet domowy z marchewką - gruszka - kawa zbożowa na mleku/ <u>napoju</u> <u>owsianym</u> - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 45/A3 25 73/A1,7 25 5	- zupa jarzynowa z makaronem/ <u>niezabielana</u> - herbata owoce leśne - kotlet drobiowy w cieście - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,7,9 5 120A1,7, 9 65 47	- mus jabłkowo-gruszkowy - kompot z owoców mieszanych - wafitki ryżowe - woda - wafitki ryżowe - herbata z cytryną - woda	54 47 18 18 5

Czwartek	- kajzerka z masłem,<u>masłem roślinnym</u> - pasta jajeczna na żółtku - gruszka - kawa zbożowa na mleku /<u>napoju owsianym</u> -herbata owocowa - woda	70/A3/1 59/A3,7 25 73/A1,7 5	- zupa krupnik/<u>niezabielany</u> - herbata owocowa - naleśniki z powidłami - kompot owocowy - woda	80/A1,7,9 5 170/A1,3, 7 47	- ciasto marchewkowe - kompot z owoców - ciasto marchewkowe - herbata owocowa - woda	224/A1,3 47 224/A1,3 5
Piątek	- bułka grahamka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta twarogowa z dżemem truskawkowym - herbata z cytryną -woda	120/A1/7 65/A7 5	-krem z ciecierzycy/<u>niezabielany</u> - herbata owocowa - woda - kotlety mielone z ryby w panierce - ziemniaki - surówka marchew-jabłko - kompot z owoców - woda	65/A7,9 5 110/A1,3, 4 65 25 47	- jogurt naturalny z owocami - kompot z owoców mieszanych - wafitki ryżowe - woda - wafitki ryżowe - herbata owocowa - woda	74/A7 47 18 18 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: