

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 i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta twarogowe z dżemem truskawkowym - <u>dżem truskawkowy</u> - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata miętowa - woda	120/A1,7 65/A7 15 77/A7 30 5	- krem porowo-paprykowy, <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata miętowa - makaron z musem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - woda	78/A7,9 40/A1 5 146/A1 30/A1 47	- biszkopt z galaretką (tort) - melon - kompot z owoców mieszanych - biszkopty - herbata owoce leśne - woda	210/A1,3,7 18 47 40/A1,3 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	- ogórkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - pulpet drobiowy - ryż na sypko z marchewką - sos koperkowy, <u>niezabielany</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A1,7 5 112/A1 30/A1 22/A1,7 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 i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z łososia - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 130/A4,7 5 73/A1,7 5	- rosół z makaronem - herbata owoce leśne - gulasz z mięsa mielonego w sosie własnym - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	106/A9 5 125/A1 65 47	- kolorowa galaretka - arbuz - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata z cytryną	61 30 47 18 5

Czwartek	- weka 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 ziemniakami, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - pieczeń rzymska - kasza jęczmienna - sos porowy, <u>niezabielany</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	86/A7,9 5 125/A1 40/A1 25/A1,7 47	- gofry - malina, borówka amerykańska, - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata malinowa	150/A1,3 54 47 18 5
Piątek	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - szynka wieprzowa - ogórek zielony - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - jabłko - herbata malinowa - woda	120/A1,7 15 10 73/A1,7 25 5	- krem z zielonych warzyw, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata malinowa - miruna na parze z marchewką i groszkiem - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 53/A1 5 81/A4 65 47	- babeczki z kaszy manny na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda - gruszka - herbata	120/A1,7 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: