

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 07.09.2026– 11.09.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb i graham z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - rzodkiewka - sałatka zielona - szynka wieprzowa - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata miętowa - woda	120/A1,7 5 2 15 77/A7 5	- koperkowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata miętowa - pulpet z miruny - sos porowy - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A7,9 5 147/A3,4 22/A1,7 65 47	- biszkopt z galaretką(tor) - kompot z owoców mieszanych - kiwi - wafitki ryżowe - herbata owoce leśne - woda	189/A1,3 47 30 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - ser gouda - kasza manna z bananem na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 10 17/A7 135/A1,7 5	- krem z dyni, <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata z cytryną - gulasz z indyka, <u>niezabielana</u> - kasza jęczmienna - ogórek kiszony - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A1,7,9 40/A1 5 125/A1,7 40/A1 5 47	- jabłko na parze w sosie waniliowym na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - borówka amerykańska - woda - chrupki pałki - herbata malinowa	68/A1,3,7 47 30 18 5
Środa	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - tost francuski - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata owocowa - woda	120/A1,7 143/A1,3 73/A1,7 5	- jarzynowa z makaronem, <u>niezabielana</u> - herbata owoce leśne - leczo drobiowe z pomidorami - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,7,9 5 66 47	- sałatka owocowa(kiwi,arbuz,banan) - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata z cytryną	85 47 18 5

Czwartek	- bułka grahamka z masłem, z <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - płatki kukurydziane na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - morela - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 10 174/A7 24 5	- rosół z ryżem - herbata z cytryną - filet drobiowy w sosie własnym - ziemniaki - mizeria z jogurtem greckim, <u>bez jogurtu</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	86/A1,9 5 112/A1 65 25/A7 47	- mus jabłkowo-gruszkowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	94 18 47 18 5
	- chleb z masłem , <u>masłem roślinnym</u> - pasta z łososia - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - jabłko - herbata malinowa - woda	120/A1,7 130 /A4,7 5 73/A1,7 25 5	- krem z kukurydzy, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata malinowa - jajka na twardo - sos koperkowy, <u>niezabielany</u> - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 53/A1 5 46/A3 22/A1,7 65 47	- kisiel domowy borówkowy - wafitki - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki - herbata	81/A1 18 47 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-tubin, A14-mięczaki*
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: