

Jadłospis dla dzieci

Od 10 mies. do 4 lat

Na okres 07.09.2026– 11.09.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pasta jajeczna ze szczypiorkiem - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - herbata owocowa - nektarynka - woda	120/A1,7 86/A3,7 73/A1,7 5 9	- zupa pomidorowa z ryżem <u>niezabielana</u> - herbata owocowa - potrawka drobiowa - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A7,9 5 125/A1,7 65 47	- naleśniki na mleku, <u>na napoju</u> <u>owsianym</u> - dżem brzoskwiniowy - wafitki ryżowe - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata owocowa	139/A1,3,7 15 18 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - ser gouda - gruszka - płatki orkiszowe na mleku, <u>na</u> <u>napoju owsianym</u> -herbata miętowa -woda	120/A1,7 17/A7 25 52/A1,7 5	- zupa ziemniaczana z kiełbasą <u>/niezabielana</u> - herbata - makaron z musem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - woda	130/A7,9 5 146/A1,3 47	- muffinki marchewkowe - kompot z owoców mieszanych - woda -chrupki kukurydziane -herbata owocowa	224/A1,3 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> -pasta drobiowa z papryką - kakao na mleku, <u>napojem</u> <u>owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 58/A7 77/A7 5	- krem z ciecierzycy - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - miruna na parze z marchewką i groszkiem - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	65/A7,9 53/A1 5 81/A1,3,4 65 47	- kisiel domowy z owocowy -kompot z owoców mieszanych -wafitki ryżowe - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	81 47 5 18 5

Czwartek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u>	120/A1,7	- Rosół z lanym ciastem	75/A1,3,9	-babeczki z kaszy manny na mleku, <u>na</u> <u>napoju owsianym</u> z musem	120/A1,7
	- szynka drobiowa	15	- herbata z cytryną	5	truskawkowym	
	- płatki kukurydziane na mleku , <u>na</u> <u>napoju owsianym</u>	174/A7	- leczo drobiowe z pomidorami	66	-banan	37
	-jabłko	25	- kompot z owoców mieszanych	47	-kompot z owoców mieszanych	47
	-herbata owocowa	5	- woda		-woda	
	- woda				-kompot z owoców mieszanych	47
					-chrupki kukurydziane	18
Piątek	-chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u>	120/A1,7	- barszcz czerwony z ziemniakami, <u>niezabielany</u>	80/A1	-racuchy z jabłkiem na mleku , <u>mleku</u> <u>owsianym</u>	70/A1,3,7
	-pasta z ciecierzycy	132/A7	- herbata z cytryną	5	-kompot z owoców mieszanych	47
	-kawa zbożowa na mleku, <u>na mleku</u> <u>owsianym</u>	73/A1,7			-woda	
	-żurawina	23	- kotlet jarski	95/A1,3	-jabłko	25
	-herbata z cytryną	5	-sos koperkowy	22/A1,7	-herbata z owoców leśnych	5
			-ziemniaki	65		
	-woda		-kompot z owoców mieszanych	47		
			- woda			

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: