

Jadłospis dla dzieci

Od 10. mies. do 4 lat

Na okres 14.09.2026– 18.09.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - szynka wieprzowa - pomidor - kawa zbożowa na mleku/ <u>mleku</u> <u>owsianym</u> - herbata owocowa - woda	120/A1,7 15 10 73/A1,7 5	- zupa ogórkowa z ryżem / <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - zapiekanka z mięsem mielonym - kompot z owoców mieszanych - woda	89/A7,9 5 200/A7 47	- budyń waniliowy domowy na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - wafitki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata owocowa - woda	84/A1,3,7 18 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - ser gouda - płatki jaglane na mleku/ <u>mleku</u> <u>owsianym</u> - herbata owocowa - rodzynki - woda	120/A1,7 17/A7 125/A7 5 35	- 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	- babka łąciata (tort) - kompot z owoców mieszanych - woda - babka łąciata - herbata malinowa	145/A1,3 47 145/A1,3 5
Środa	- bułka grahamka, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pasztet domowy z marchewką - nektarynka - kawa zbożowa na mleku/ <u>mleku</u> <u>owsianym</u> - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 45/A3 9 73/A1,7 5	- koperkowa z ryżem/ <u>niezabielana</u> - herbata owoce leśne - kotlet drobiowy na parze - ziemniaki - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A1,7 5 56 65 25 47	- mus jabłkowo-gruszkowy - kompot z owoców mieszanych - chrupki kukurydziane - woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	54 47 18 18 5

Czwartek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> -ser gouda -kasza manna na mleku, <u>na napoju owsianym</u> -kiwi -herbata owocowa - woda	70/A3/1 17/A7 135/A1,7 15 5	- zupa krupnik/ <u>niezabielany</u> -herbata owocowa -naleśniki z powidłami śliwkowymi - kompot owocowy mieszanych - woda	80/A1,7,9 5 170/A1,3, 7 47	- ciasto marchewkowe - kompot z owoców mieszanych -woda - ciasto marchewkowe - herbata owocowa	224/A1,3 47 224/A1,3 5
Piątek	- bułka grahamka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta twarogowa z dżemem truskawkowym - <u>dżem truskawkowy</u> -kakao na mleku , <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną -woda	120/A1/7 65/A7 15 77/A7 5	- zupa jarzynowa z makaronem , <u>niezabielana</u> - herbata owocowa -woda - jajko na twardo - sos koperkowy - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych -woda	80/A1,7,9 5 46/A3 22/A1 65 47	- sok marchewkowo-jabłkowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych -woda - wafitki ryżowe - herbata owocowa	45 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-łubin,A14-mięczaki*
Potrawy pisane kursywą i zaznaczone podkreśleniem są przeznaczone dla dzieci z nietolerancją mleka i produktów mleko pochodnych

SPORZĄDZIŁ: