

Jadłospis dla dzieci

Od 12. 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 roślinnym</u> - pasta z tuńczyka z jajkiem - pomidor - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata malinowa - woda	120/A1,7 86/A3,4,7 10 73/A1,7 30 5	- żurek biały z kielbaską i ziemniakami, <u>niezabielany</u> - herbata malinowa - naleśniki z powidłami śliwkowymi, na mleku na <u>napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	75/A7,9 5 139/A1,3,7 47	- ciasto marchewkowe - kompot z owoców mieszanych - morela - woda - ciasto marchewkowe - herbata owoce leśne	224/A1,3 47 24 224/A1,3 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - płatki ryżowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - rodzynki - woda	120/A1,7 17/A7 125/A1,7 5 35	- krem z kalafiorowo-brokułowy, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - zapiekanka ziemniaczana - kompot z owoców mieszanych - woda	71/A7,9 53/A1 5 195/A7 47	- jogurt grecki z mango i bananem, na <u>napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	74/A7 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z królika - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - melon - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 132/A7 5 73/A1,7 18 5	- pomidorowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - potrawka drobiowa - kasza jęczmienna - buraczki czerwone - kompot z owoców mieszanych - woda	76/A7,9 5 125/A1,7 40/A1 15 47	- mus jabłkowo-bananowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	91 18 47 18 5

Czwartek	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - szynka wieprzowa - papryka czerwona do pochrupania - kakao na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 15 5 77/A7 5	- barszcz czerwony z ziemniakami, <u>niezabielany</u> - herbata z cytryną - gołąbki po francusku w sosie pomidorowym, <u>niezabielanym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda	85/A7,9 5 50/A1,7 47	- budyń czekoladowy na mleku, na napoju owsianym - chrupki pałki - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata malinowa	140/A1,3,7 18 47 18 5
	- bułka kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - ser gouda - pomidor - płatki orkiszowe na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - żurawina - herbata miętowa - woda	120/A1,7 17/A7 10 52/A1,7 40 5	- krem z cukinii, <u>niezabielany</u> - grzanki - herbata miętowa - kotlet z miruny w panierce - ziemniaki - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	90/A1,7,9 40/A1 5 62/A1,3,4 65 25 47	- racuchy z jabłkiem na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda - jabłko - herbata z owoców leśnych	70/A1,3,7 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: