

Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 28.09.2026– 02.10.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pomidor - szynka drobiowa - kakao na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - jabłko - herbata - woda	120/A1,7 10 15 77/A7 25 5	- krem porowy, <u>niezabielany</u> - grzanka - herbata miętowa - mięso mielone w sosie własnym - kasza jęczmienna - ogórek kiszony - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A7,9 40/A1 5 125 40/A1 5 47	- sok jabłkowo- marchewkowy - wafitki ryżowe - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata owoce leśne	35 18 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - ser gouda - rzodkiewka - płatki ryżowe na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - herbata z cytryną - żurawina - woda	120/A1,7 17/A7 5 125/A7 5 40	- pomidorowa z ryżem , <u>niezabielana</u> - herbata z cytryną - spaghetti drobiowe - kompot z owoców mieszanych - woda	76/A7,9 5 147/A1 47	- jogurt grecki z truskawką, na <u>napoju</u> <u>owsianym</u> - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata malinowa	55/A7 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - pasta drobiowa z marchewką - ogórek zielony - kawa zbożowa na mleku, na <u>napoju owsianym</u> - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 58/A7 10 73/A1,7 25 5	- krupnik, <u>niezabielany</u> - herbata owoce leśne - pulpecik w sosie warzywnym - ryż na sypko - bukiet warzyw na parze - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,7,9 5 115/A1,3 40/A1 25 47	- chałka z masłem, <u>masłem</u> <u>roślinnym</u> - dżem brzoskwinowy - kompot z owoców mieszanych - winogrono - woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	120/A1,7 15 47 35 18 5

Czwartek	- weka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pasta z tuńczyka z jajkiem - kakao na mleku <u>na napoju owsianym</u> - banan - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 86A3,4,7 77/A7 30 5	- krem z marchewki, <u>niezabielany</u> - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - cukinia faszerowana mięsem i kaszą - ziemniaki - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A7 53/A1 5 81 65 25 47	- gofry - kiwi - kompot z owoców mieszanych - woda - gofry - herbata malinowa	150/A1,3 30 47 150/A1,3 5
Piątek	- kajzerka z masłem, <u>masłem roślinnym</u> - pomidor - płatki kukurydziane na mleku, <u>na napoju owsianym</u> - herbata - woda	120/A1,7 10 174/A7 5	- jarzynowa z ryżem, <u>niezabielana</u> - herbata - klopsik z miruny - ziemniaki - surówka z białej kapusty - kompot z owoców mieszanych	86/A7,9 5 62/A1,3,4 65 25 47	- biszkopt z galaretką(tort) - kompot z owoców mieszanych - biszkopty - herbata z cytryną	189/A1,3 47 40/A1 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: