Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 02.11.2026– 06.11.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb i graham z masłem, *masłem roślinnym* - pasta jajeczna - pomidor - kakao na mleku, *na napoju owsianym* - herbata miętowa - woda	120/A1,7 89/A3,7 10 77/A7 5	- koperkowa z ryżem, *niezabielana* - 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	- budyń waniliowy na mleku, na *napoju owsianym* - kompot z owoców mieszanych - chrupki jaglane - chrupki pałki - herbata owoce leśne - woda	84/A1,7 47 18 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* - ser gouda - kasza manna z bananem na mleku, *na napoju owsianym* - herbata owocowa - woda	120/A1,7 17/A7 135/A1,7 5	- krem z zielonych warzyw z grzanką, *niezabielany* - herbata owocowa - gulasz z indyka, *niezabielana* - kasza jęczmienna - buraczek czerwony - kompot z owoców mieszanych - woda	90/A1,7,9 5 125/A1,7 40/A1 15 47	- weka z masłem, masłem roślinnym - szynka wieprzowa - sałatka zielona - papryka kolorowa - pomidor - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki - herbata malinowa	120/A1,7 15 2 5 10 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pasta z królika - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, na *napoju owsianym* - herbata różana - woda	120/A1,7 132/A7 5 73/A1,7 5	- ogórkowa z ryżem, *niezabielana* - herbata różana - leczo drobiowe z pomidorami - kompot z owoców mieszanych - woda	89A1,7,9 5 66 47	- racuchy z jabłkiem na mleku, na *napoju owsianym* - kompot z owoców mieszanych - woda - jabłko - herbata z cytryną	70/A1,3,7 47 25 5

Czwartek	- bułka grahamka z masłem, z *masłem roślinnym* - pomidor - płatki kukurydziane na mleku, *na napoju owsianym* - jabłko - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 10 174/A7 25 5	- rosół z makaronem - herbata z cytryną - filet drobiowy w sosie własnym - ziemniaki - mizeria z jogurtem greckim, *bez jogurtu* - kompot z owoców mieszanych - woda	106/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
Piątek	- chleb z masłem , *masłem roślinnym* - pasta z łososia - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, na *napoju owsianym* - jabłko - herbata malinowa - woda	120/A1,7 130 /A4,7 5 73/A1,7 25 5	- krem z kukurydzy, *niezabielany* - groszek ptysiowy - herbata malinowa - jajka na twardo - sos koperkowy, *niezabielany* - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 53/A1 5 46/A3 22/A1,7 65 47	- jabłko na parze z sosem waniliowym na napoju owsianym - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki - herbata	68/A1,3,7 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: