Jadłospis dla dzieci

Od 10. mies. do 4 lat

Na okres 05.10.2026– 09.10.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pomidor - szynka wieprzowa - kakao na mleku, na *napoju owsianym* - brzoskwinia - herbata - woda	120/A1,7 10 15 77/A7 12 5	- krem porowy, *niezabielany* - grzanka - herbata miętowa - gulasz z mięsa mielonego w sosie własnym - kasza jęczmienna - ogórek kiszony - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A7,9 40/A1 5 120 40/A1 5 47	- mufinki bananowo -czekoladowe - kompot z owoców mieszanych - woda -mufinki bananowo-czekoladowe - herbata owoce leśne	150/A1,3 47 150/A1,3 5
Wtorek	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pasta z ciecierzycy - pomidor - kawa zbożowa na mleku, na *napoju owsianym* - żurawina - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 132/A7 10 73/A1,7 23 25 5	- pomidorowa z makaronem, *niezabielana* - herbata z cytryną - kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych - ziemniaki - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A7,9 5 40/A3 65 25 47	-placuszki owsiane z bananem -kompot z owoców mieszanych -kiwi - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	11/A3 47 30 18 5
Środa	-kajzerka z masłem ,*masłem roślinym* -ser gouda -płatki jaglane na mleku ,*na napoju roślinnym* -gruszka -herbata z cytryną	120/A1,7 17/A7 72/A7 25 5	- koperkowa z ryżem, *niezabielana* - herbata owoce leśne - sphagetti drobiowe - kompot z owoców mieszanych - woda	165/ A1,7,9 5 115/A1,3 40/A1 47	- kisiel domowy owocowy -chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	81 18 47 18 5

Czwartek	- grahamka z masłem, *masłem roślinnym* - pasta drobiowa z papryką - kakao na mleku *na napoju owsianym* - banan - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 58/A7 77/A7 30 5	- krem z marchewki, *niezabielany* - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - miruna na parze -ziemniaki -sos warzywny -kompot z owoców mieszanych - woda	83/A7 53/A1 5 80/A4 65 25 47	- mus jabłkowy z serkiem bieluchem -wafitki ryżowe -borówka amerykańska - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata malinowa	91/A7 18 30 47 18 5
Piątek	- kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* - pasta twarogowa z dżemem -*dżem truskawkowy* - płatki kukurydziane na mleku, *na napoju owsianym* - jabłko - herbata malinowa - woda	120/A1,7 65/A7 15 174/A7 25 5	- jarzynowa z makronem , *niezabielana* - herbata miętowa - kotleciki ziemniaczane - sos koperkowy - marchewka duszona z groszkiem zielonym - kompot z owoców mieszanych -woda	86/A7,9 5 110/A1,3 22/A1 65 28/A7 47	- babeczki z kaszy manny na mleku, *na napoju owsianym z* musem truskawkowym - kompot z owoców mieszanych - chrupki kukurydziane -woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	120/A1,7 47 18 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: