Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 19.10.2026– 23.10.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pomidor - szynka drobiowa - kakao na mleku, na *napoju owsianym* - jabłko - herbata - woda	120/A1,7 10 15 77/A7 25 5	- krem porowy, *niezabielany* - grzanka - herbata miętowa - mięso mielone w sosie własnym - kasza jęczmienna - ogórek kiszony - kompot z owoców mieszanych - woda	83/A7,9 40/A1 5 120/A1 40/A1 5 47	- bułeczki drożdżowe z powidłami śliwkowymi - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata owoce leśne	260/A1,3,7 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* - ser gouda - rzodkiewka - płatki kukurydziane na mleku, na *napoju owsianym* - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 17/A7 5 174/A7 5	- zupa z fasoli szparagowej , *niezabielana* - herbata z cytryną - spaghetti drobiowe - kompot z owoców mieszanych - woda	77/A1,7,9 5 147/A1 47	- sok marchewkowo-gruszkowy - ciasto z owocami i kruszonką - kompot z owoców mieszanych - woda - ciasto z owocami i kruszonką - herbata malinowa	47 150/A1,3,7 47 150/A1,3,7 5
Środa	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pasta twarogowa z dżemem truskawkowym - *dżem truskawkowy* - kawa zbożowa na mleku, na *napoju owsianym* - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 65/A7 15 73/A1,7 25 5	- krupnik, *niezabielan*y - herbata owoce leśne - pyza z mięsem - sos pomidorowy ,*niezabielany* - kompot z owoców mieszanych - woda	80/A1,7,9 5 143/A1,3 25/A7 47	- kolorowa galaretka w ptasim mleczku, *kolorowa galaretka* - kiwi - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata z cytryną	210/A7 30 47 18 5

Czwartek	- weka z masłem, *masłem roślinnym* - pasta z awokado i fileta drobiowego - kakao na mleku *na napoju owsianym* - banan - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 78/A7 77/A7 30 5	- krem z dyni, *niezabielany* - groszek ptysiowy - herbata z cytryną - pulpecik w sosie porowym/ *niezabielanym* - ryż na sypko - bukiet warzyw na parze - kompot z owoców mieszanych - woda	75/A7 53/A1 5 115/A1,3, 7 40/A1 25 47	- kisiel owocowy domowy - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata malinowa	81 18 47 18 5
Piątek	- kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* - pomidor - płatki jaglane na mleku, *na napoju owsianym* - rodzynki - herbata - woda	120/A1,7 10 72/A7 35 5	- jarzynowa z ryżem, *niezabielana* - herbata - klopsik z miruny w sosie koperkowym, *niezabielanym* - ziemniaki - surówka z białej kapusty - kompot z owoców mieszanych	86/A7,9 5 62/A1,3,4 65 25 47	- babka bananowa - kompot z owoców mieszanych - babka bananowa - herbata z cytryną	150/A1,3 47 150/A1,3 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: