Jadłospis dla dzieci

Od 12. mies. do 4 lat

Na okres 26.10.2026 – 30.10.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pasta z tuńczyka z jajkiem - pomidor - kawa zbożowa na mleku, *na napoju owsianym* - banan - herbata malinowa - woda	120/A1,7 86/A3,4,7 10 73/A1,7 30 5	- krem porowo-paprykowy, *niezabielany* - groszek ptysiowy - herbata malinowa - zapiekanka ziemniaczana - kompot z owoców mieszanych - woda	75/A7,9 53/A1 5 195/A7 47	- jogurt grecki z mango i banana, na *napoju owsianym* - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata owoce leśne	74/A7 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* - dżem brzoskwiniowy - płatki ryżowe na mleku, *na napoju owsianym* - herbata z cytryną - rodzynki - woda	120/A1,7 15 125/A1,7 5 35	- żurek biały z kiełbasą i ziemniakami, *niezabielany* - herbata z cytryną - gołąbki po francusku w sosie pomidorowym, *niezabielanym* - kompot z owoców mieszanych - woda	71/A7,9 5 50/A1,7 47	- ciasto marchewkowe - kompot z owoców mieszanych - mandarynka - woda - ciasto marchewkowe - herbata malinowa	224/A1,3 47 26 224/A1,3 5
Środa	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pasta z królika - ogórek kiszony - kawa zbożowa na mleku, *na napoju owsianym* - melon - herbata różana - woda	120/A1,7 132/A7 5 73/A1,7 18 5	- pomidorowa z makaronem, *niezabielana* - herbata różana - potrawka drobiowa - kasza jęczmienna - buraczki czerwone - kompot z owoców mieszanych - woda	88/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, *masłem roślinnym* - szynka wieprzowa - papryka czerwona do pochrupania - kakao na mleku , *na napoju owsianym* - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 15 5 77/A7 5	- barszcz czerwony z ziemniakami, *niezabielany* - herbata z cytryną - naleśniki z powidłami śliwkowymi na mleku, *na napoju owsianym* - kompot z owoców mieszanych - woda	85/A7,9 5 195/A7 47	- chałka z masłem, *masłem roślinnym* - winogrono - kompot z owoców mieszanych - mandarynka - woda - jabłko - herbata malinowa	140/A1,3,7 25 47 26 25 5
Piątek	- bułka kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* - ser gouda - pomidor - płatki orkiszowe na mleku, *na napoju owsianym* - żurawina - herbata miętowa - woda	120/A1,7 17/A7 10 52/A1,7 40 5	- wiedeńska z kaszą manną, *niezabielana* - herbata miętowa - kotlet z miruny w panierce - ziemniaki - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	96/A1,7,9 5 62/A1,3,4 65 25 47	- budyń czekoladowy na mleku, na *napoju owsianym* - chrupki pałki - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki pałki - herbata z owoców leśnych	140/A1,3,7 18 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: