Jadłospis dla dzieci

Od 10. 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* - pomidor - szynka drobiowa - kakao na mleku, na *napoju owsianym* - jabłko - herbata owocowa - woda	120/A1,7 10 15 77/A7 25 5	- krem z zielonych warzyw,*niezebielany* -groszek ptysiowy - herbata miętowa - kotleciki drobiowe w ciecie - ziemniaki - buraki czerwone - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 53/A1 5 110/A1,3 65 15 47	- budyń domowy czekoladowy na mleku ,*na napoju owsianym* - kiwi - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata owoce leśne	84/1,3,7 35 47 18 5
Wtorek	- kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* - ser gouda - kasza manna z mlekiem i bananem i żurawina *na napoju owsianym* -gruszka - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 17/A7 135/A1,7 25 5	-pomidorowa z makaronem, *niezabielana* - herbata z cytryną - pieczeń rzymska - ziemniaki - surówka z marchewki i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	88/A7,9 5 125 65 25 47	- muffinki czekoladowe , *na napoju owsianym* - banan -kompot z owoców mieszanych - mufinki czekoladowe, *na napoju owsianym* - herbata malinowa	150/A1,3,7 30 47 150/A1,3,7 5
Środa	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pasta z tuńczykiem jajkiem - ogórek zielony - kawa zbożowa na mleku, na *napoju owsianym* - nektarynka - herbata owoce leśne	120/A1,7 86/A3,4,7 10 73/A1,7 9 5	- zupa ziemniaczana z kiełbasą,*niezabielan* - herbata owoce leśne - makaron z prażonym jabłkiem -kompot z owoców mieszanych	130/A7,9 5 133/A1,3 47	- bułka z masłem, *masłem roślinnym* - nutella z avocado i bananem - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	120/A1,7 104 47 18 5

	- woda					
Czwartek	- bułka grahamaka z *masłem masłem roślinnym* -pasztet domowy z marchewką - kakao na mleku *na napoju owsianym* - jabłko - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 45/A3 77/A7 25 5	-koperkowa z ryżem, *niezabielan* - herbata z cytryną - leczo z pomidorami - kasza jęczmienna - kompot z owoców mieszanych - woda	165/ A1,7,9 5 66 40/A1 47	- galaretka domowa owocowa -chrupki kukurydziane - mandarynka - kompot z owoców mieszanych - woda - jabłko - herbata malinowa	180/A1,7 18 26 47 25 5
Piątek	- kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* -pasta twarogowa z dżemem truskawkowym - *dżem truskawkowy* - płatki owsiane na mleku, *na napoju owsianym* - herbata - woda	120/A1,7 65/A7 15 150/A7 30 5	- krem z dyni -groszek ptysiowy - herbata owocowa - klopsik z ryby - ziemniaki - surówka z ogórka kiszonego i jabłka - kompot z owoców mieszanych	75/A7,9 53/A1 5 82/A3,4 65 15 47	- mus jabłkowo marchewkowo gruszkowy -wafitki kukurydzianwe - kompot z owoców mieszanych - wafitki kukurydziane - herbata z cytryną	54 18 47 18 47

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: