Jadłospis dla dzieci

Od 11. mies. do 4 lat

Na okres 16.11.2026– 20.11.2026

	Śniadanie	kcal/alergeny	Obiad	kcal/alergeny	Podwieczorek	kcal/alergeny
Poniedziałek	- chleb z masłem, *masłem* roślinnym - ogórek zielony - szynka drobiowa - kawa zbożowa na mleku, na *napoju owsianym* - mandarynka - herbata owocowa - woda	120/A1,7 10 15 73/A1,7 18 5	- koperkowa z ryżem zabielana, *na śmietanie roślinnej* - herbata owocowa - pieczeń rzymska - ziemniaki - surówka z selera i jabłka - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A9 5 125 65 92/A9 47	-jogurt grecki z mango i bananem ,*na napoju owsianym* -kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki kukurydziane - herbata owocowa	74/A7 18 47 18 47
Wtorek	- kajzerka z masłem, *masłem roślinnym* - pasta z łososia - kakao na mleku, na *napoju owsianym* - gruszka - rodzynki - herbata z cytryną - woda	120/A1,7 130/A3,9 77/A7 25 35 5	- krem z zielonych warzyw, *niezabielany* - grzanki - herbata malinowa - spaghetti drobiowe - kompot z owoców mieszanych - woda	165/A7,9 40/A1 5 147/A1 47	- budyń waniliowy domowy na mleku, *na napoju owsianym* - chrupki kukurydziane - kompot z owoców mieszanych - woda - chrupki kukurydziane - herbata z cytryną	84/A1,3, 18 47 18 5
Środa	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* -ser gouda płatki kukurydziane na mleku , *na napoju owsianym* - - gruszka - herbata owoce leśne - woda	120/A1,7 17/A7 174/A7 25 5	- barszcz biały z kiełbasa i ziemniakami - herbata owoce leśne - naleśniki z powidłami śliwkowymi na mleku ,*na napoju owsianym* - kompot z owoców mieszanych	75/A1,3,9 5 139/A1,3, 7 47	-ciasto bananowe (TORT) -kompot z owoców mieszanych -woda -ciasto bananowe -herbata malinowa	150/A1,3 47 150/A1,3 5

Czwartek	- grahamka z masłem, *masłem roślinnym* - dżem truskawkowy -pasta twarogowa z dżemem truskawkowym -jabłko -herbata owocowa - woda	120/A1,7 15 65/A7 25 5	- rosół z lanym ciastem - herbata z cytryną - gulasz drobiowy z warzywami - kasza jęczmienna - papryka czerwona - kompot z owoców mieszanych - woda	75/A1,3,9 5 95/A1,3 40/A1 10 47	- kajzerka z masłem, masłem roślinnym - nutella z avokado i banana - kompot z owoców mieszanych - woda - wafitki ryżowe - herbata z cytryną	120/A1,7 104 47 47 18 47
Piątek	- chleb z masłem, *masłem roślinnym* - pasta z avokado i jajkiem - kakao na mleku, *na napoju owsianym* - pomarańcza - herbata z cytryna - woda	120/A1,7 45/A3 77/A7 30 5	- krem z ciecierzycy - groszek ptysiowy - herbata owoce leśne - filet z dorsza w cieście - warzywa na parze - ziemniaki - kompot z owoców mieszanych	96 53/A1 5 110/A1,4, 3 30 65 47	- szarlotka sypana - herbata malinowa -woda - szarlotka sypana - herbata malinowa	146/A1,7 5 146/A1,7 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: