



Jadłospis dla dzieci z alergią 10-14.01.2022

Dzień/ Data	Śniadanie I	Śniadanie II	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 10.01.2022	Płatki gryczane na mleku z gruszką. Pancakes na maśle z borówkami amerykańskimi/ pancakes z borówkami amerykańskimi. Herbata z cytryną.	Warzywa: marchew, brokuł, cukinia duszone w mleku kokosowym.	Zupa ogórkowa (bulion drobiowy) z ziemniakami i koperkiem (niezabielana). Pierogi z mąki orkiszowej z jagodami polane śmietaną 18%/ bułką tartą. Kompot owocowy.	Muffinki dyniowo-amarantusowe/ jabłko, andruty.
<i>ALERGENY</i>	1,3,7	-	1,3,6,7,9,10,11	1,3
Wtorek 11.01.2022	Granola owocowa na mleku. Chleb graham, pasta z tuńczyka z jogurtem naturalnym/ z jogurtem vege i ogórkiem kiszonym. Herbata owocowa.	Sałatka owocowa: gruszka, jabłko, ananas z posypką orzechową z orzechów nerkowca.	Zupa z czerwonej soczewicy i pomidorów (bulion warzywny) z ryżem. Pure maślane, roladki z polędwiczki wieprzowej nadziewane szpinakiem w sosie warzywnym, surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem, cebulką i oliwą z oliwek. Woda z cytryną.	Puszyste ciasteczka jaglane z twarogiem/ pałki kukurydziane, banan.
<i>ALERGENY</i>	1,4,7	8	1,3,6,7,9,10,11	1,3,7
Środa 12.01.2022	Płatki owsiane na mleku. Bułka kajzerka, masło roślinne szczypiorkowe, wędlina szynka z beczki, ogórek świeży. Herbata z cytryną.	Sok owocowo-warzywny: jabłko, marchew, natka pietruszki.	Zupa brokułowa (bulion warzywny) z ziemniakami i natką pietruszki (niezabielana). Kurczak w curry z warzywami: papryka, cebula, marchew, cukinia z ryżem, surówka z marchewki i jabłka. Kompot owocowy.	Chlebek bananowy z orzechami nerkowca/ jabłko, gruszka.
<i>ALERGENY</i>	1,3,7	-	1,3,6,7,9,10,11	1,3,7,8
Czwartek 13.01.2022	Płatki jaglane na mleku z bananem. Omlet z pomidorami i szczypiorkiem, chleb żytni, masło roślinne. Herbata rumiankowa.	Budyń śmietankowy (mleko roślinne) z musem jagodowym.	Rosół drobiowo-wołowy z makaronem w/w i natką pietruszki. Filet z indyka na parze w koprze z sosem pomarańczowym, kasza bulgur, surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem i marchewką. Woda z cytryną.	Ciasto kruche z jabłkami i cynamonem/ biszkopty, pomarańcza.
<i>ALERGENY</i>	1,3,7	7	1,3,6,7,9,10,11	1,3,7

Wykaz alergenów dostępny jest u dietetyka i intendenta żłobka.



Jadłospis dla dzieci z alergią 10-14.01.2022

Dzień/ Data	Śniadanie I	Śniadanie II	Obiad	Podwieczorek
Piątek 14.01.2022	Kakao na mleku. Racuchy z jabłkami. Herbata owocowa.	Kisiel owocowy w/w.	Zupa pomidorowa (bulion drobiowo- warzywny) ze świeżych pomidorów z ryżem i natką pietruszki (śmietana 18%). Ryba na parze (filet miruna) z ziołami, frytki pieczone w/w, brokuł gotowany na parze z prażonym słonecznikiem. Kompot owocowy.	Czekoladowe ciasteczka z czerwonej soczewicy.
<i>ALERGENY</i>	1,3,7	-	1,3,4,6,7,9,10,11	1,3

Wykaz alergenów dostępny jest u dietetyka i intendenta żłobka.