



Jadłospis dla dzieci z alergią 04-08.04.2022

Dzień/ Data	Śniadanie I	Śniadanie II	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 04.04.2022	Płatki ryżowe na mleku roślinnym. Omlet z pomidorami i szczypiorkiem, chleb żytni, masło 82% / Chleb żytni, masło roślinne, konfitura truskawkowa. Herbata z cytryną.	Owoce: gruszka, jabłko pod kruszonką z mąki pełnoziarnistej.	Zupa koperkowa (bulion drobiowo-warzywny) z makaronem łazanki b/j (niezabielana). Kaszotto (kasza pęczak) z warzywami (cukinia, marchew, cebula, papryka czerwona) ze słonecznikiem, plasterki ogórka świeżego. Woda z cytryną.	Ciasteczka owsiane, woda z cytryną. Banan.
<i>ALERGENY</i>	1,3,6,7	7	1,3,6,7,9,10,11	1,3,7
Wtorek 05.04.2022	Płatki owsiane na mleku roślinnym z jabłkiem. Bułka kajzerka, słodki serek (ser biały półtłusty) z bananem i miodem/ bułka kajzerka, masło roślinne, dżem truskawkowy. Herbata owocowa.	Sałatka owocowa: gruszka, kiwi, banan/ jabłko z orzechami nerkowca i pestkami dyni.	Zupa szpinakowa (bulion warzywny) z ziemniakami i jajkiem/ lub b/j (niezabielana). Makaron pełnoziarnisty spaghetti z mięsem mielonym z indyka (filet z indyka) w sosie pomidorowym z ziołami. Kompot owocowy: śliwka, truskawka.	Batoniki zbożowe z suszonymi owocami i gorzką czekoladą, sok 100%.
<i>ALERGENY</i>	1,6,7	8	1,3,6,7,9,10,11	1,3,8
Środa 06.04.2022	Kakao na mleku roślinnym. Placuszki serowe (ser biały półtłusty) z jagodami/ placuszki z jagodami. Świeże jabłuszko. Herbata z cytryną i miodem.	Sałatka z kaszą kuskus, ogórkiem świeżym, wędliną filet z indyka, rzodkiewką i natką pietruszki z oliwą z oliwek.	Zupa pomidorowa (bulion drobiowy) ze świeżych pomidorów z warzywami i makaronem zwierzątko durum, natka pietruszki (niezabielana). Gulasz wieprzowy (szynka wieprzowa) z warzywami: cebula, czosnek, marchew, papryka z ryżem paraboiled, surówka coleslaw z białej kapusty z marchewką i cebulką z oliwą z oliwek. Woda z cytryną.	Ciasto zebra/ chrupki kukurydziane truskawkowe, woda z cytryną.
<i>ALERGENY</i>	1,3,6,7	6	1,3,6,7,9,10,11	1,3,7
Czwartek 07.04.2022	Płatki orkiszowe na mleku roślinnym z gruszką. Chleb graham, masło roślinne szczypiorkowe w/w, wędlina szynka biała, sałata zielona, rzodkiewka. Herbata miętowa.	Sok owocowo-warzywny: burak, jabłko, pomarańcza.	Kapuśniak (bulion drobiowy) z młodej kapusty z warzywami, z ziemniakami i koperkiem. Pierogi ze szpinakiem i mięsem z indyka (filet z indyka). Kompot owocowy: śliwka, truskawka.	Brownie z malinami/ wafle ryżowe, kompot owocowy: śliwka, truskawka.
<i>ALERGENY</i>	1,6,7	-	1,3,6,7,9,10,11	1,3,7



Jadłospis dla dzieci z alergią 04-08.04.2022

Dzień/ Data	Śniadanie I	Śniadanie II	Obiad	Podwieczorek
Piątek 08.04.2022	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym/ płatki owsiane na mleku 2%. Pancakes na kefirze naturalnym/ pancakes na mleku roślinnym, plasterki banana. Herbata rumiankowa.	Budyń śmietankowy na mleku roślinnym.	Zupa warzywny mix (bulion drobiowy) z makaronem durum (śmietana 18%). Ryba (filet miruna) gotowana na parze w sosie koperkowym, puree ziemniaczane, surówka z kapusty kiszzonej, jabłka, cebulki z oliwą z oliwek. Woda z cytryną.	Ciasteczka maślane, woda z cytryną.
<i>ALERGENY</i>	1,3,6,7	6	1,3,4,6,7,9,10,11	1,3,7