



Jadłospis dla dzieci z alergią 17-21.10.2022

| Dzień/ Data | Śniadanie I | Śniadanie II | Obiad | Podwieczorek |
|-----------------------------------|---|---|--|---|
| Poniedziałek 17.10.2022 | Kasza manna na mleku roślinnym. Chleb mieszany, pasta z łososia w sosie własnym z oliwą z oliwek, ogórek kiszony. Herbata z cytryną. | Koktajl owocowo-warzywny: gruszka, banan, jarmuż z jogurtem vege. | Zupa warzywny mix (kurczak) z ziemniakami, natka pietruszki, niezabielana. Makaron spaghetti durum z mięsem mielonym (szynka wieprzowa) w sosie bolognese z oregano, bazylią i tymiankiem. Kompot owocowy. | Chrupki kukurydziane truskawkowe. Kompot owocowy. |
| <i>ALERGENY</i> | 1,4,7 | 1 | 1,3,6,7,9,10,11 | - |
| Wtorek 18.10.2022 | Płatki owsiane na mleku owsianym. Chleb graham, masło roślinne szczypiorkowe w/wł, wędlina szynka biała ekstra, paseczki papryki czerwonej. Herbata rumiankowa. | Jesienna jaglanka z musem z mango. | Zupa ogórkowa (bulion drobiowy) z warzywami i ryżem, koperek świeży, niezabielana. Puree ziemniaczane z koperkiem, stripsy z kurczaka (filet z kurczaka) w panierce panko, surówka z marchewki i jabłka. Woda z cytryną. | Chlebek bananowy z orzechami nerkowca. Woda z cytryną. |
| <i>ALERGENY</i> | 1,6,7 | 1 | 1,3,6,7,9,10,11 | 1,3,7,8 |
| Środa 19.10.2022 | Ryż na mleku owsianym. Bananowe placuszki śniadaniowe, jabłko. Herbata owocowa. | Frytki z batatów. | Zupa krem z dynii z groszkiem ptysiowym. Gratyna z kaszy jaglanej z warzywami: brokuł, marchewka, pieczone kotleciki mielone (Szynka wieprzowa), buraczki zasmażane. Kompot owocowy. | Gofry truskawkowe. Kompot owocowy. |
| <i>ALERGENY</i> | 1,3,7 | - | 1,3,6,7,9,10,11 | 1,3,7 |
| Czwartek 20.10.2022 | Kawa Inka na mleku owsianym. Tosty (chleb pszenny), masło roślinne, wędlina filet z indyka Premium, ogórek świeży. Herbata z cytryną. | Kisiel jagodowo-malinowy w/wł. | Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny) z ziemniakami, koperkiem, niezabielana. Pierogi z jagodami, polane jogurtem vege. Woda z cytryną. | Domowa szarlotka z kruszonką. Woda z cytryną. |
| <i>ALERGENY</i> | 1,6,7 | - | 1,3,6,7,9,10,11 | 1,3,7 |



Jadłospis dla dzieci z alergią 17-21.10.2022

| Dzień/ Data | Śniadanie I | Śniadanie II | Obiad | Podwieczorek |
|------------------------------|--|---|---|---|
| Piątek 21.10.2022 | Płatki jaglane na mleku owsianym. Bułka kajzerka, humus warzywny, pomidor. Herbata rumiankowa. | Owoce pod kruszonką z płatkami owsianymi. | Barszcz ukraiński (bulion drobiowy) z ziemniakami i fasolką szparagową, koperek, niezabielana. Gotowane ziemniaki, pulpeciki rybne na parze (filet miruna) w sosie koperkowym, surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem, marchewką i cebulką. Kompot owocowy. | Obwarzanki z czarnuszką i sezamem, jabłko. Kompot owocowy. |
| <i>ALERGENY</i> | 1,7 | 1,7 | 1,3,4,6,7,9,10,11 | 1,3,7 |