



Jadłospis dla dzieci 1-3l. z alergią (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
PONIEDZIAŁEK 03.03.2025	<p>Płatki jaglane na mleku roślinnych (gluten- owies, płatki jaglane) – 180ml.</p> <p>Chleb mieszany (mąka pszenna, mąka żytnia, gluten pszenny), dżem truskawkowy niskosłodzony, plasterki jabłuszka.</p> <p>Marchewka do chrupania.</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną (woda, herbata czarna granulowana, cytryna, cukier).</p>	<p>Koktajl owocowo-warzywny: banan, gruszka, szpinak z jogurtem vege (soja) – 180 ml.</p>	<p>Zupa warzywny mix (woda, ziemniaki, mięso drobiowe – udko z kurczaka b/s, brokuł mrożony, kalafior mrożony, groszek zielony, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, pietruszka liście, sól).</p> <p>Makaron p/z świderki z pesto szpinakowo - pietruszkowym (szpinak świeży, pietruszka liście, orzechy włoskie, oliwa z oliwek) z pestkami słonecznika.</p> <p>Woda źródłana niegazowana z cytryną.</p>	<p>Bułeczki drożdżowe cynamonki (mąka pszenna, mleko roślinne (gluten - owies), masło 82% (mleko), jaja kurze, drożdże, cukier, cynamon)</p> <p>Gruszka.</p> <p>Woda źródłana niegazowana z cytryną.</p>

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

DIETETYK

INTENDENT

DYREKTOR

.....

.....

.....

.....



Jadłospis dla dzieci 1-3l. z alergią (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
WTOREK 04.03.2025	<p>Płatki ryżowe na mleku roślinnym (gluten - owies, płatki ryżowe) – 180ml.</p> <p>Chleb rustykalny (mąka pszenna, mąka żytnia, soja)- 25g, pasta z łososia i awokado (łosoś w sosie własnym– ryba, awokado z oliwą z oliwek, szczypiorek, sól)- 30g, papryka czerwona - 20g.</p> <p>Herbata rumiankowa (woda, rumianek).</p>	<p>Sok owocowo-warzywny: jabłko – marchew – burak (100 ml).</p>	<p>Zupa selerowa (woda, seler korzeń, marchew, pietruszka korzeń, por, cebula, oliwa z oliwek, pietruszka liście, pieprz czarny mielony) z makaronem literki (mąka pszenna durum) – 180 ml.</p> <p>Gotowane ziemniaki (80g), gołąbki bez zawijania - 35g (mięso wieprzowe – szynka wp. b/k, ryż biały, kapusta pekińska, sól, pieprz czarny mielony), w sosie pomidorowym (passata pomidorowa), słupki ogórka świeżego – 15 g.</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p>	<p>Chrupki kukurydziane (mąka kukurydziana).</p> <p>Banan.</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p>

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

DIETETYK

INTENDENT

DYREKTOR

.....

.....

.....

.....



Jadłospis dla dzieci 1-3l. z alergią (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
ŚRODA 05.03.2025	<p>Kasza manna na mleku roślinnym (mleko, gluten - owies) - 180ml.</p> <p>Pancakes amerykańskie na mleko roślinny (mleko roślinne, mąka pszenna, jaja kurze, olej rzepakowy, cukier, sól), plasterki gruszki.</p> <p>Herbata owocowa.</p>	<p>Jogurt vege z bananem (soja) - 150g.</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniaczaną wyspą (woda, burak czerwony, ziemniaki, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koper świeży, pieprz czarny mielony, sól).</p> <p>Kasza bulgur, gotowane klopsiki rybne (ryba - filet miruna) w sosie koperkowym, surówka z kapusty kiszonej (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, kurkuma, oliwa z oliwek).</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną -200ml</p>	<p>Ciasteczka maślane (mąka pszenna, skrobia ziemniaczana, masło 82% (mleko), jaja kurze całe, cukier).</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną.</p>

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

.....

DIETETYK

.....

INTENDENT

.....

DYREKTOR

.....



Jadłospis dla dzieci 1-3l. z alergią (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
CZWARTEK 06.03.2025	<p>Kasza manna na mleku roślinnym (mąka pszenna, gluten - owies).</p> <p>Chleb rustykalny, pasta warzywna z marchewką (marchew, słonecznik łuskany, oliwa z oliwek, pieprz czarny mielony, sól), ogórek świeży, szczypiorek.</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną (woda, herbata czarna granulowana, cytryna, cukier).</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku roślinnym z laską wanilii (gluten – owies, mąka ziemniaczana, laska wanilii).</p>	<p>Zupa z soczewicą i pomidorami (woda, pomidory, ziemniaki, soczewica czerwona, marchew, seler korzeniowy, pietruszka korzeń, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, pietruszka liście).</p> <p>Spaghetti bolognese z mięsem mielonym drobiowym (makaron speghetti p/z (mąka pszenna pełnoziarnista), mięso mielone drobiowe – filet z indyka bez skóry, passata pomidorowa, sól, bazylia, oregano, pieprz czarny mielony).</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p>	<p>Chlebek bananowy z orzechami włoskimi (jaja kurze, mąka pszenna, banan, olej rzepakowy, orzech włoski).</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p>

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

.....

DIETETYK

.....

INTENDENT

.....

DYREKTOR

.....



Jadłospis dla dzieci 1-3l. z alergią (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
PIĄTEK 07.03.2025	<p>Kleik ryżowy na mleku roślinnym (gluten - owies).</p> <p>Racuszki na mleku roślinnym z gruszką (mąka pszenna, jaja kurze, drożdże, sól, gruszka).</p> <p>Herbata rumiankowa (woda, rumianek).</p>	<p>Ryż na mleku roślinnym z prażonymi jabłkami i cynamonem (ryż biały, gluten - owies, jabłko, cynamon).</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw (seler korzeniowy, kalafior mrożony, pietruszka, ziemniaki, marchew, cebula, oliwa z oliwek, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny mielony) z groszkiem ptysiowym (jaja kurze, mąka pszenna).</p> <p>Terina z kurczaka sous vide (mięso drobiowe-filet z kurczaka bez skóry, natka pietruszka, sól, pieprz czarny mielony), kasza jęczmienna, słupki z ogórka świeżego.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną -200ml</p>	<p>Mus owocowy Owolovo.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną -200ml</p>

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne, soję, orzechy, seler, gorczycę, sezam, łubin.

KUCHARZ

.....

DIETETYK

.....

INTENDENT

.....

DYREKTOR

.....