



## Jadłospis dla dzieci 6-11 m. (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>03.03.2025</b>	<p>Płatki jaglane na mleku modyfikowanym (mleko modyfikowane, płatki jaglane) – 180ml.</p> <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, <b>gluten pszenny</b>), masło 82% (<b>mleko</b>), twarożek na słodko z bananem (ser biały półtłusty (<b>mleko</b>)), jabłuszko (starte na tarce).</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 kefirem naturalnym (<b>mleko</b>) – 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, <b>seler</b> korzeń, por, pietruszka liście, sól).</p> <p>Makaron p/z świderki z pesto szpinakowo - pietruszkowym (szpinak świeży, pietruszka liście, <b>orzechy</b> włoskie, oliwa z oliwek) z pestkami słonecznika.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną.</p>	<p>Bułeczki drożdżowe cynamonki (mąka <b>pszenna</b>, <b>mleko</b>, masło 82% (<b>mleko</b>), <b>jaja</b> kurze, drożdże, cukier, cynamon)</p> <p>Gruszka.</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 6-11m. (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
<b>WTOREK</b> <b>04.03.2025</b>	<p>Płatki ryżowe na mleku modyfikowanym (mleko modyfikowane, płatki ryżowe) – 180ml.</p> <p>Chleb rustykalny (mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, <b>soja</b>)- 25g, pasta z łososia i awokado (łosoś w sosie własnym– <b>ryba</b> i awokado, jogurt naturalny (<b>mleko</b>), 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, <b>seler</b> korzeń, marchew, pietruszka korzeń, por, cebula, oliwa z oliwek, pietruszka liście, pieprz czarny mielony) z makaronem literki (mąka <b>pszenna</b> durum) – 180 ml.</p> <p>Gotowane ziemniaki (80g), gołąbki bez zawijania - 35g (mięso wieprzowe – szynka wp. b/k, ryż biały, kapusta pekińska, <b>jaja</b> kurze, 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>Sernik z kaszą manną i żurawiną suszoną (ser biały półtłusty (<b>mleko</b>), <b>jaja</b> kurze, kasza manna (<b>gluten</b>), masło 82% (<b>mleko</b>), żurawina suszona).</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 6-11m. (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
<b>ŚRODA</b> <b>05.03.2025</b>	<p>Kasza manna na mleku modyfikowanym (mleko modyfikowane, <b>gluten</b>)- 180ml.</p> <p>Pancakes amerykańskie na maślanie amerykańskiej (jogurt naturalny (<b>mleko</b>), mąka <b>pszenna</b>, <b>jaja</b> kurze, olej rzepakowy, cukier, sól) plasterki gruszki.</p> <p>Herbata owocowa.</p>	<p>Jogurt naturalny z bananem (<b>mleko</b>) - 150g.</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniaczaną wyspą (woda, burak czerwony, ziemniaki, marchew, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, śmietana 12% (<b>mleko</b>), koper świeży).</p> <p>Kasza bulgur, gotowane klopsiki rybne (<b>filet miruna</b>) w sosie koperkowym, surówka z kapusty kiszzonej (kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, kurkuma, oliwa z oliwek).</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną -200ml</p>	<p>Ciasteczka maślane (mąka <b>pszenna</b>, skrobia ziemniaczana, masło 82% (<b>mleko</b>), <b>jaja</b> 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 6-11m. (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
<b>CZWARTEK</b> <b>06.03.2025</b>	<p>Kasza manna na mleku modyfikowanym (<b>mąka pszenna, mleko modyfikowane</b>).</p> <p>Chleb rustykalny, masło 82% (<b>mleko</b>), sałata zielona, jajko gotowane na twardo (<b>jaja</b> kurze), ogórek świeży, szczypiorek.</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną (woda, herbata czarna granulowana, cytryna, cukier).</p>	<p>Budyń waniliowy z laską wanilii na mleku roślinnym (<b>gluten - owies</b>, mąka ziemniaczana, laska wanilii).</p>	<p>Zupa z soczewicą i pomidorami (woda, pomidory, ziemniaki, soczewica czerwona, marchew, <b>seler</b> korzeniowy, pietruszka korzeń, cebula, czosnek, masło 82% (<b>mleko</b>), pietruszka liście).</p> <p>Spaghetti bolognese z mięsem mielonym drobiowym (makaron speghetti p/z (<b>mąka pszenna</b> pełnoziarnista), mięso mielone drobiowe – filet z indyka bez skóry, passata pomidorowa, sól, bazyliia, oregano, pieprz czarny mielony).</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: aronia, śliwka, cukier).</p>	<p>Chlebek bananowy z orzechami włoskimi (<b>jaja</b> kurze, mąka <b>pszenna</b>, banan, olej rzepakowy, <b>orzech</b> 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 6-11m. (03-07.03.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
<b>PIĄTEK</b> <b>07.03.2025</b>	<p>Kluski lane (<b>mleko, jaja kurze, mąka pszenna</b>, sól) na mleku modyfikowanym.</p> <p>Racuszki na jogurcie naturalnym z gruszką (<b>mąka pszenna</b>, jogurt naturalny (<b>mleko</b>), <b>jaja kurze</b>, drożdże, sól, gruszka).</p> <p>Herbata rumiankowa (woda, rumianek).</p>	<p>Ryż na mleku z prażonymi jabłkami i cynamonem (ryż biały, mleko 2% (<b>mleko</b>), jabłko, cynamon).</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw (<b>seler</b> korzeniowy, kalafior mrożony, pietruszka, ziemniaki, marchew, śmietana 12% (<b>mleko</b>), cebula, oliwa z oliwek, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz czarny mielony) z groszkiem ptysiowym (<b>jaja kurze, mąka pszenna</b>).</p> <p>Terina z kurczaka sous vide (mięso drobiowe-filet z kurczaka bez skóry, natka pietruszka, sól, pieprz czarny mielony), kasza jęczmienna, mizeria z ogórka świeżego (ogórek świeży, śmietana 12%(<b>mleko</b>)).</p> <p style="text-align: center;">Woda źródlana niegazowana z cytryną -200ml</p>	<p>Mus owocowy Owolovo.</p> <p style="text-align: center;">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**

.....

.....

.....

.....