



Jadłospis dla dzieci 1-3l. (06-10.10.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
PONIEDZIAŁEK 06.10.2025	<p>Kasza jagłana na mleku 3,2% - 200ml.</p> <p>Racuszki drożdżowe z jabłkami (mąka pszenna (gluten), jaja kurze całe, drożdże świeże, mleko 3,2%, jabłka, cynamon) - 90g.</p> <p>Napar owocowy z maliną - 150ml.</p>	<p>Mus brzoskwinia-banan w/wł. -100g.</p> <p>Woda źródlana niegazowana.</p>	<p>Zalewajka z ziemniakami i cieką kielbaską (ziemniaki, cienka kielbasa, barszcz biały butelka, cebula, czosnek, śmietana 12% (mleko), koperek świeży, majeranek, ziele angielskie) – 180 ml.</p> <p>Makaron p/z świderki z soczewicą czerwoną i warzywami (makaron p/z (gluten), soczewica czerwona, cebula, cukinia, marchew, czosnek, kurkuma, sezam) 160g .</p> <p>Paseczki papryki czerwonej – 50g.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną- 150ml.</p>	<p>Kisiel truskawkowy w/wł. - 145 g.</p> <p>Chrupki kukurydziane - 5g</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną- 150ml.</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 MOŻE ULEC ZMIANIE



Jadłospis dla dzieci 1-3l. (06-10.10.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
WTOREK 07.10.2025	<p>Kawa zbożowa Inka (mleko 3,2%) -180ml.</p> <p>Jajecznica (jaja kurze całe) na parze z pomidorami i szczypiorkiem -70g, chleb żytni (gluten)-25g, masło ekstra (mleko) -3g.</p> <p>Napar owocowy z hibiskusem- 150ml.</p>	<p>Gruszka -50g. Orzechy nerkowca – 5g.</p> <p>Woda źródlana niegazowana</p>	<p>Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (brokuł, kalafior, kasza jaglana, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, ziemniaki, masło ekstra (mleko), mleko 3,2%, pietruszka liście, pieprz ziołowy, liść laurowy) - 180ml.</p> <p>Puree ziemniaczane z masłem ekstra (mleko)- 80g, gołąbki gotowane na parze bez zawijania z mięsem mielonym wieprzowy (szynka wp. b/k., ryż biały, kapusta włoska) w sosie pomidorowym (passata pomidorowa, pieprz czarny, bazylia) - 35g, słupki ogórka świeżego- 20g.</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka kompotowa: aronia, śliwka, cukier)- 150ml.</p>	<p>Muffinki waniliowo-kakaowe (mąka pszenna (gluten), mleko 3,2%, jaja kurze całe, kakao, cukier waniliowy) -50g.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną- 150ml.</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 MOŻE ULEC ZMIANIE



Jadłospis dla dzieci 1-3l. (06-10.10.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
ŚRODA 09.10.2025	<p>Makaron zacierka na mleku 3,2% (gluten, jaja kurze, mleko)-200ml.</p> <p>Chleb pszenny (gluten)-25g, pasztet z cukinii (cukinia, marchew, cebula, jaja kurze całe, czosnek, kasza manna (gluten), pietruszka liście, sól, pieprz czarny mielony)-18g, papryka czerwona- 15g.</p> <p>Napar owocowy z maliną - 150ml.</p>	<p>Melon – 60g.</p> <p>Woda źródłana niegazowana</p>	<p>Zupa ogórkowa (ogórek kiszony, ziemniaki, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, masło ekstra (mleko), mleko 3,2%, koper świeży, ziele angielskie, liść laurowy)-180ml.</p> <p>Kasza jęczmienna perłowa (gluten) - 18g, duszone eskalopki z kurczaka w sosie śmietanowo-ziołowym (mięso drobiowe filet z kurczaka b/sk., śmietana 12% (mleko), mąka pszenna (gluten), koper świeży, lubczyk, sól, pieprz czarny mielony)- 35g, surówka z czerwonej kapusty z marchewką i jabłkiem (kapusta czerwona, marchew, jabłko, koper świeży, oliwa z oliwek, sok z cytryny, miód) -90g.</p> <p>Woda źródłana niegazowana z cytryną- 150ml.</p>	<p>Ciasto jogurtowe ze śliwkami (mąka pszenna (gluten), śliwki, masło ekstra (mleko), jaja kurze całe, jogurt naturalny (mleko), cynamon)- 50g.</p> <p>Woda źródłana niegazowana z cytryną- 150ml.</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 MOŻE ULEC ZMIANIE



Jadłospis dla dzieci 1-3l. (06-10.10.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
CZWARTEK 08.10.2025	<p>Płatki orkiszowe na mleku 3,2% (gluten, mleko) -200ml.</p> <p>Chleb mieszany (gluten) - 25g, twarożek śmietankowy Almette (mleko) z ogórkiem świeżym i rzodkiewką- 25g.</p> <p>Napar owocowy z hibiskusem- 150ml.</p>	<p>Sok owocowo-warzywny w/wł.: szpinak-marchew-pomarańcza – 150ml.</p>	<p>Zupa selerowa (seler korzeń, marchew, pietruszka korzeń, por, masło ekstra (mleko), mleko 3,2%, pietruszka liście, sól, pieprz czarny mielony) z makaronem kokardki (gluten) - 200ml.</p> <p>Puree ziemniaczane -80g, pieczone burgerki rybne (ryba – filet miruna b/sk., jaja kurze, bułka tarta (gluten), cebula, papryka słodka)-35g, marchewka duszona- 50g, paseczki papryki czerwonej- 20g.</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka kompotowa: aronia, śliwka, cukier) 150ml.</p>	<p>Herbatniki zoo -100g.</p> <p>Plasterki jabłka -50g.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną- 150ml.</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 MOŻE ULEC ZMIANIE



Jadłospis dla dzieci 1-3l. (06-10.10.2025)

<i>Dzień/ Data</i>	<i>ŚNIADANIE I</i>	<i>ŚNIADANIE II</i>	<i>OBIAD</i>	<i>PODWIECZOREK</i>
PIĄTEK 10.10.2025	<p>Kaszka kukurydziana z mlekiem 3,2% i musem truskawkowym w/wł. -200 ml.</p> <p>Bułka kajzerka (gluten)-, masło ekstra (mleko)- 3g, dżem truskawkowy niskosłodzony - 5g.</p> <p>Napar owocowy z maliną - 150ml.</p>	<p>Gotowane na parze warzywa: burak, marchew z oliwą z oliwek - 100g.</p> <p>Woda źródlana niegazowana.</p>	<p>Bulion drobiowo-warzywny (mięso drobiowe- udko z kurczaka b/sk., filet z kurczaka, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, lubczyk liście, pietruszka liście, liść laurowy, ziele angielskie, kurkuma) z ryżem białym- 180ml.</p> <p>Gotowane ziemniaki z koperkiem świeżym -80g, pieczone kotlety jajeczne (jaja kurze gotowane na twardo, cebula, czosnek, bułka tarta (gluten), pietruszka liście, szczypiorek, sól, pieprz czarny mielony) -55g surówka z kapusty kiszanej z jabłkiem, marchewką, cebulką, kurkuma, pietruszka liście z oliwą z oliwek – 50g.</p> <p>Kompot owocowy (woda, mieszanka kompotowa: aronia, śliwka, cukier)- 150ml</p>	<p>DZIEŃ OWSIANKI: Owsianka z musem malinowym i bananem, z orzechami nerkowca (płatki owsiane (gluten), mleko 3,2%, banan, mus malinowy w/wł., orzechy nerkowca, miód) – 130g.</p> <p>Woda źródlana niegazowana z cytryną- 150ml.</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 MOŻE ULEC ZMIANIE