

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

08.12.2025

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką, serem żółty, i pomidorem (gluten, mleko). Herbata owocowa. Sok jabłkowy.
Obiad	Żurek z ziemniakami i wkładką z kiełbasy i boczku (seler, mleko, gluten). Makaron z serem i sosem truskawkowo-malinowym (gluten, jaja, mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Chleb ze smalczykiem z fasoli i ogórkiem kiszonym (gluten). Herbata z cytryną. 1/2 banana.

Wtorek

09.12.2025

Śniadanie	Ryż na mleku z sosem brzoskwiniowo-ananasowym (mleko). Graham z masłem (gluten, mleko). Herbata. Woda z melisą.
Obiad	Rosół z makaronem (seler, gluten, jaja). Kotlet drobiowy z pieczarkami (jaja, gluten), ziemniaki, surówka z marchwi, selera i jabłka z jogurtem naturalnym (seler, mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Rogal z masłem i miodem (gluten, mleko). Sok marchwiowo-owocowy. Jabłko.

Środa

10.12.2025

Śniadanie	Bułka z masłem, serem żółtym, 1/2 jaja, pomidorkami koktajlowymi i ogórkiem kiszonym (gluten, mleko, jaja). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Herbata z pomarańczą.
Obiad	Krem dyniowo-marchewkowy z pieczoną papryką i grzankami (seler, mleko, gluten). Indyk duszony z warzywami (seler, mleko), ryż na sypko, fasolka szparagowa. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Banan, jabłko, gruszka. Herbatniki (gluten).

Czwartek

11.12.2025

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami miodowymi (mleko, gluten). Wek z pastą z zielonego groszku i twarogu (gluten, mleko), rzodkiewka. Woda z cytryną i miętą.
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem (seler, mleko). Burger rybny (ryby, jaja, gluten, seler), ziemniaki, sałata lodowa z rzodkiewką, papryką z jogurtem naturalnym i śmietaną (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Ciasto czekoladowe z powidłami na kefirze (gluten, mleko, jaja) - wypiek własny. Herbata owocowa. Mandarynka.

Piątek

12.12.2025

Śniadanie	Bułka z pastą warzywną, papryką czerwoną i ogórkiem zielonym (gluten). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Herbata zielona.
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem (seler, mleko, gluten, jaja). Ziemniaki, marchewka duszona z groszkiem (gluten, mleko), jajo . Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Jogurt naturalny z nasionami chia i truskawkami (mleko). Biskopci (gluten, jaja). Gruszka.

W nawiasach alergen.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.