

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

18.11.2024

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z siemieniem lnianym i słonecznikiem z masłem (gluten, mleko), kiełbaski drobiowe na ciepło, pomidorki koktajlowe, roszonek. Herbata z cytryną. Sok pomarańczowy.
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami (seler, mleko). Racuchy drożdżowe z bananami, dynią i cynamonem (mleko, gluten, jaja). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (mleko), żurawina. Herbatniki (gluten, mleko).

Wtorek

19.11.2024

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko). Bułka kajzerka z masłem, pastą warzywną (gluten, mleko). Woda z cytryną i miętą.
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem (seler, mleko). Kotlet mielony (jaja, gluten), ziemniaki, sałata lodowa z rzodkiewką, śmietaną i jogurtem naturalnym (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Pączki serowe (mleko, gluten, jaja). Herbata owocowa. Banan.

Środa

20.11.2024

Śniadanie	Bułka kukurydziana z masłem, serem żółtym, brokułem i pomidorkami koktajlowymi (gluten, mleko). Herbata z pomarańczą. Napój porzeczkowo-miętowy.
Obiad	Krem z dyni z pestkami dyni i groszkiem ptysiowym (seler, mleko, gluten, jaja). Gulasz wieprzowy z pomidorami, kukurydzą, papryką czerwoną (gluten), kasza jęczmienna (gluten), ogórek kiszony. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Jabłko duszone z mango, brzoskwinia i galaretką z bitą śmietaną i ciasteczkami korzennymi (mleko, gluten).

Czwartek

21.11.2024

Śniadanie	Chałka z masłem i miodem (gluten, mleko). Mleko (białko mleka krowiego). Sok marchwiowo-owocowy.
Obiad	Rosół z zacierką (seler, gluten, jaja). Burger rybny z warzywami (ryby, jaja, gluten, seler), ziemniaki, marchewka duszona z groszkiem (gluten, mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Graham z serkiem białym na słodko i brzoskwiniami (gluten, mleko). Herbata owocowa.

Piątek

22.11.2024

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką i kolorowymi paprykami (gluten, mleko, gorczyca). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Herbata z cytryną.
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (seler, mleko). Makaron z serem i sosem truskawkowo-malinowym (gluten, mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Banan, jabłko, rodzyunki, chrupki kukurydziane.

W nawiasach alergen.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.