

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

09.06.2025

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką, pomidorem, roszponką (gluten, mleko). Herbata z pomarańczą. Sok porzeczkowy.
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami i wkładką z kiełbasy i boczku (seler). Pierogi leniwe z otrębami (mleko, jaja, gluten), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Bułka z pastą warzywną i ogórkiem kiszonym (gluten). Kawa zbożowa (mleko, gluten).

Wtorek

10.06.2025

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi, płatkami jaglanymi, rodzynekami i morelami (mleko, gluten, siarczany). Graham z serkiem kanapkowym i papryką czerwoną (gluten, mleko). Herbata zielona.
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (seler, mleko, gluten, jaja). Kotlet mielony z czerwoną fasolą (jaja, gluten), ziemniaki, sałata lodowa ze śmietaną i jogurtem naturalnym (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Pączki serowe (gluten, mleko, jaja). Napój jabłkowo-miętowy.

Środa

11.06.2025

Śniadanie	Bułka kajzerka z pasztetem, ogórkiem kiszonym i pomidorem (gluten). Herbata z cytryną. Woda z miętą.
Obiad	Zupa krem z dyni z grzankami (seler, mleko, gluten). Ryż na sypko z mięsem po meksykańsku, surówka z młodej kapusty z marchwią, ogórkiem zielonym, czerwoną cebulą i jogurtem naturalnym (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Graham z masłem, serem żółtym i ogórkiem zielonym (gluten, mleko). Kakao (mleko).

Czwartek

12.06.2025

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko). Graham z pastą brokułowo-jajeczną ze szczypiorkiem i rzodkiewką (gluten, jaja, mleko). Herbata owocowa.
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem (seler, mleko). Filet z mintaja (ryby, jaja, gluten), ziemniaki, buraczki z chrzanem (siarczany). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Galaretka z bitą śmietaną (mleko). Wafle ryżowe.

Piątek

13.06.2025

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem (gluten, mleko), jajecznica (jaja, mleko), pomidorki koktajlowe. Herbata z cytryną. Sok pomarańczowy.
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (seler, mleko). Makaron z szynką w sosie śmietanowo-serowym (gluten, jaja, mleko), bukiet warzyw. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Arbuz, banan. Biszkopty (gluten, jaja).

W nawiasach alergeny.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.