

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

23.03.2026

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką, pomidorem i roszponką (gluten, mleko). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Herbata owocowa.
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (seler, mleko). Naleśniki z serem, naleśniki z dżemem (mleko, gluten, jaja). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Bułka z pasztetem i ogórkiem kiszonym (gluten, mleko). Herbata z cytryną. Jogurt naturalny (mleko).

Wtorek

24.03.2026

Śniadanie	Ryż na mleku z sosem truskawkowo-malinowym (mleko). Graham z masłem (gluten, mleko). Herbata zielona. Woda z cytryną.
Obiad	Rosół z makaronem (seler, gluten, jaja). Kotlet drobiowy (jaja, gluten), ziemniaki, surówka z marchwi, selera i jabłka z jogurtem naturalnym (seler, mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Kisiel porzeczkowy z bitą śmietaną (mleko). Biskopty (gluten, jaja). Częstka jabłka.

Środa

25.03.2026

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z siemieniem lnianym z masłem (gluten, mleko), jajecznicą (jaja, mleko), pomidorki koktajlowe. Herbata z pomarańczą. Sok jabłkowy.
Obiad	Krem cebulowy z groszkiem ptysiowym (seler, mleko, gluten). Indyk duszony z dynią i papryką, kasza kuskus (gluten), brokuły na parze. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Koktajl wiśniowo-bananowo-truskawkowy na maślanie (mleko). Rogal z masłem (gluten, mleko).

Czwartek

26.03.2026

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi, jaglanymi, rodzynkami i morelami (mleko, gluten, siarczany). Wek z pastą warzywną. Herbata zielona.
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem (seler, mleko). Pulpet z ryby w sosie jarzynowym (ryby, jaja, gluten, mleko, seler), ziemniaki, sałatka z kapusty czerwonej i jabłka. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Ptasie mleczko na biskoptach (mleko, gluten, jaja). Herbata owocowa. 1/2 banana.

Piątek

27.03.2026

Śniadanie	Graham z masłem (gluten, mleko), serek biały waniliowy z brzoskwiniami (mleko). Herbata z cytryną. Woda z miętą.
Obiad	Kapuśniak z ziemniakami (seler). Makaron z szynką w sosie śmietanowo-serowym (gluten, jaja, mleko), sałata lodowa z sosem vinegreť (gorczyca). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Babka ucierana (gluten, jaja, mleko). Sok marchwiowo-owocowy.

W nawiasach alergen.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.