

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

09.02.2026

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką i ogórkiem zielonym (gluten, mleko). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Sok pomarańczowy.
Obiad	Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami i wkładką z kielbasy i boczku (seler). Pierogi leniwe z otrębami (mleko, jaja, gluten), surówka z marchwi i jabłka z brzoskwiniami. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Bułka z pastą warzywną i papryką czerwoną (gluten). Herbata z cytryną. Mandarynka.

Wtorek

10.02.2026

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko). Graham z serkiem kanapkowym i rzodkiewką (gluten, mleko). Herbata zielona.
Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem (seler, mleko, gluten, jaja). Pizzerinki z sosem pomidorowym, szynką i serem żółtym (gluten, mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Kisiel marchwiowo-owocowy z bitą śmietaną (mleko). Podpłomyki (gluten). Gruszka.

Środa

11.02.2026

Śniadanie	Graham z masłem (gluten, mleko), jajecznica na maśle (jaja, mleko), pomidorki koktajlowe. Herbata z cytryną. Napój porzeczkowo-miętowy.
Obiad	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym (seler, mleko, gluten). Pulpet drobiowy w sosie warzywnym (jaja, gluten, mleko, seler), kasza bulgur (gluten), sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i żurawiną. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Jogurt naturalny z truskawkami (mleko). Rogal z masłem (gluten, mleko).

Czwartek

12.02.2026

Śniadanie	Bułka kukurydziana z masłem, serem żółtym, ogórkiem zielonym i papryką czerwoną (gluten, mleko). Kakao (mleko). Woda z melisą.
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem (seler, mleko). Miruna smażona w sezamie (ryby, jaja, gluten, sezam), ziemniaki, sałata lodowa z rzodkiewką i jogurtem naturalnym (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Pączki serowe (gluten, mleko, jaja). Herbata owocowa. Jabłko.

Piątek

13.02.2026

Śniadanie	Bułka z masłem, pasztetem i ogórkiem kiszonym (gluten, mleko). Herbata z cytryną. Sok jabłkowy.
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (seler, mleko). Makaron z sosem bolońskim (gluten, jaja, seler), surówka z kapusty kiszonej z burakiem i pestkami słonecznika. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Banan, jabłko, gruszka. Ciasteczko zbożowe (gluten). Jogurt naturalny (mleko).

W nawiasach alergeny.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.