

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

29.09.2025

Śniadanie	Graham z masłem, szynką wieprzową, ogórkiem zielonym i papryką czerwoną ((gluten, mleko). Herbata z cytryną. Sok pomarańczowy.
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami i wkładką z kiełbasy i boczku (seler). Placuszki "pancakes" dyniowe z otrębami z sosem truskawkowo-malinowym (mleko, gluten, jaja). Kompot wieloocowowy.
Podwieczorek	Wek z serkiem kanapkowym i rzodkiewką (gluten, mleko). Herbata owocowa.

Wtorek

30.09.2025

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko). Rogal z masłem i miodem (gluten, mleko). Herbata zielona. 1/2 banana.
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem (seler, mleko). Kotlet mielony z czerwoną fasolą (jaja, gluten), ziemniaki, sałata lodowa z jogurtem naturalnym i śmietaną (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Kisiel marchewkowo-owocowy, biszkopty (gluten, jaja).

Środa

01.10.2025

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem (gluten, mleko), jajecznicą (jaja, mleko), pomidorki koktajlowe. Herbata z pomarańczą. Woda z miętą.
Obiad	Jesienny krem z dyni, marchewki i żółtej papryki z grzankami (seler, mleko, gluten). Makaron z sosem bolońskim, czerwoną soczewicą i kukurydzą (gluten, jaja, seler), surówka z cukinii, marchewki i papryki. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Budyń z kaszy jaglanej z bananami i sosem z mango i brzoskwiń (mleko). Chrupki kukurydziane.

Czwartek

02.10.2025

Śniadanie	Bułka z pastą twarogowo-łososiową z koperkiem i ogórkiem zielonym (gluten, mleko, ryby). Herbata z cytryną. Woda z melisą.
Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem (seler, mleko, gluten, jaja). Duszonki z ziemniaków, kapusty, marchewki, cebuli, kiełbasy i boczku. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Pączki serowe (gluten, jaja, mleko). Mleko . Śliwka.

Piątek

03.10.2025

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem, serem żółtym, pomidorem i ogórkiem kiszonym (gluten, mleko). Herbata z pomarańczą. Napój jabłkowo-miętowy.
Obiad	Krupnik z kaszy jaglanej ze śmietaną (seler, mleko). Pulpet rybny w sosie pomidorowym (ryby, jaja, gluten, mleko), ryż na sypko, surówka z kapusty kiszonej, marchewki i jabłka. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Jogurt naturalny z truskawkami (mleko). Wafle ryżowe.

W nawiasach alergen.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.