

## Jadłospis - dieta Podstawowa

### Poniedziałek

23.06.2025

|              |                                                                                                                                                                           |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie    | Chleb orkiszowy z masłem, szynką, pomidorem i roszponką (gluten, mleko). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Herbata z cytryną.                                                 |
| Obiad        | Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami i wkładką z kiełbasy i boczku (seler). Makaron z serem i sosem truskawkowo-malinowym (gluten, jaja, mleko). Kompot wieloowocowy. |
| Podwieczorek | Bułka kajzerka z masłem, pasztetem i ogórkiem kiszonym (gluten, mleko). Herbata owocowa.                                                                                  |

### Wtorek

24.06.2025

|              |                                                                                                                                        |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie    | Graham z serkiem bałty waniliowym i brzoskwiniami (gluten, mleko). Herbata owocowa. Woda z cytryną i miętą.                            |
| Obiad        | Zupa pomidorowa z ryżem (seler, mleko). Kotlet drobiowy z pieczarkami (jaja, gluten), ziemniaki, mizeria (mleko). Kompot wieloowocowy. |
| Podwieczorek | Arbuz, winogrona. Chrupki kukurydziane.                                                                                                |

### Środa

25.06.2025

|              |                                                                                                                                                                                                            |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie    | Bułka kajzerka z masłem, serem żółtym, jajkiem i ogórkiem zielonym (gluten, mleko, jaja). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Herbata zielona.                                                                   |
| Obiad        | Krem z brokułów z groszkiem ptysiowym (seler, mleko, gluten). Ryż z mięsem i kapustą włoską z sosem pomidorowym (seler, mleko, gluten), surówka z kapusty kiszonej, marchwi i jabłka. Kompot wieloowocowy. |
| Podwieczorek | Babka ucierana (gluten, jaja). Sok marchwiowo-owocowy.                                                                                                                                                     |

### Czwartek

26.06.2025

|              |                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie    | Rogal z pastą daktylowo-orzechową (gluten, orzechy, mleko). <b>Mleko</b> . Woda z pomarańczą i melisą.                                                                                                                  |
| Obiad        | Zupa neapolitańska z makaronem i serem żółtym (seler, mleko, gluten, jaja). Burger rybny (ryby, jaja, gluten), ziemniaki, surówka z marchwi, selera i jabłka z jogurtem naturalnym (seler, mleko). Kompot wieloowocowy. |
| Podwieczorek | Ptasie mleczko na biszkoptach (gluten, jaja, mleko). Herbata owocowa.                                                                                                                                                   |

### Piątek

27.06.2025

|              |                                                                                                                                                                  |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie    | Bułka kajzerka z pastą z tuńczyka, ogórka kiszzonego, jajka i serka białego z rzodkiewką (gluten, ryby, jaja, mleko). Herbata z cytryną. Napój jabłkowo-miętowy. |
| Obiad        | Zupa jarzynowa z ziemniakami (seler, mleko). Racuchy na maśle z jabłkami (gluten, mleko, jaja). Kompot wieloowocowy.                                             |
| Podwieczorek | Bułka maślana z kruszonką i masłem (gluten, mleko). <b>Mleko</b> . 1/2 banana.                                                                                   |

W nawiasach alergen.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.