

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

03.11.2025

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem (gluten, mleko), parówki z szynki, ogórek zielony, keczup. Kawa zbożowa. Napój jabłkowo-miętowy.
Obiad	Żurek z ziemniakami i wkładką z kiełbasy i boczku (seler, mleko, gluten). Racuchy z jabłkami (gluten, mleko, jaja). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Bułka z masłem, polędwicą z indyka, serem żółtym i rzodkiewką (gluten, mleko). Herbata owocowa.

Wtorek

04.11.2025

Śniadanie	Kasza manna z sosem truskawkowo-wisniowym (mleko, gluten). Bułka kukurydziana z masłem (gluten, mleko). Herbata z sokiem. Woda z miętą. Marchewki mini.
Obiad	Rosół z makaronem (seler, gluten, jaja). Kotlet drobiowy z jogurtem naturalnym (mleko, gluten), ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z marchwią, jabłkiem i koperkiem ze śmietaną (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Serek biały waniliowy (mleko), 1/4 rogalia z masłem (gluten, mleko). Herbata zielona. Jabłko.

Środa

05.11.2025

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z ziarnami z masłem (gluten, mleko), jajecznica na maśle (jaja, mleko), pomidorki koktajlowe. Herbata z cytryną. Woda z melisą. Żurawina.
Obiad	Krem brokułowy z groszkiem ptysiovym (seler, mleko, gluten). Ryż z mięsem i kapustą włoską, sos pomidorowy (gluten, mleko), bukiet warzyw na parze. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Galaretką z bitą śmietaną, brzoskwinia i bananem (mleko). Chrupki kukurydziane.

Czwartek

06.11.2025

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi, płatkami jaglanymi, rodzynekami i morelami (mleko, gluten). Graham z pastą z twarogu i groszku zielonego (gluten, mleko). Herbata owocowa.
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem (seler, mleko). Pulpet rybny w sosie koperkowym (ryby, jaja, gluten, mleko), ziemniaki, sałatka z kapusty czerwonej i jabłka. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Kisiel marchwiowo-owocowy, podplomyki (gluten).

Piątek

07.11.2025

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką wieprzową, ogórkiem zielonym i papryką (gluten, mleko). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Herbata z pomarańczą.
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (seler, mleko). Makaron z kurczakiem i szpinakiem w sosie szpinakowo-śmietanowym (gluten, jaja, mleko), sałata lodowa z sosem vinegret (gorczyca). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Gruszka, banan, winogrona. Biskopty (gluten, jaja).

W nawiasach alergen.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.