

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

03.02.2025

Śniadanie	Graham z masłem (gluten, mleko), kiełbaski drobiowe, pomidorki koktajlowe, ogórek kiszony. Herbata z cytryną. Sok pomarańczowy.
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami (seler, mleko). Racuchy z jabłkami i cynamonem (gluten, mleko, jaja). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Bułka z masłem, serem żółtym i brokułami (gluten, mleko). Herbata owocowa.

Wtorek

04.02.2025

Śniadanie	Ryż na mleku z sosem wiśniowo-daktylowym (mleko). Graham z masłem (gluten, mleko). Herbata owocowa. Woda z melisą.
Obiad	Rosół z zacierką (seler, gluten, jaja). Kotlet mielony (jaja, gluten), ziemniaki, marchewka duszona z groszkiem (gluten). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Babka ucierana (gluten, jaja). Sok marchwiowo-owocowy.

Środa

05.02.2025

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką, pomidorem i roszonek (gluten, mleko). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Napój jabłkowo-miętowy.
Obiad	Krem z cebuli z grzankami (seler, mleko, gluten). Zapiekanka z makaronu z mięsem i warzywami: brokuły, kukurydza, soczewica, pomidory z serem żółtym (gluten, mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Truskawki z bitą śmietaną (mleko). Biskopki (gluten, jaja).

Czwartek

06.02.2025

Śniadanie	Rogal z masłem i miodem (gluten, mleko). Kakao (mleko). Herbata zielona. 1/4 jabłka.
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem (seler, mleko). Filet z mintaja smażony w sezamie (ryby, jaja, gluten, sezam), ziemniaki, sałata lodowa z rzodkiewką i śmietaną (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Mus z jabłek, dyni, marchewki i brzoskwiń. Pieczywo zbożowe (gluten).

Piątek

07.02.2025

Śniadanie	Bułka z pastą twarogowo-łososiową z koperkiem, ogórkiem zielonym i papryką czerwoną (gluten, mleko, ryby). Herbata z pomarańczą. Woda z miętą i cytryną.
Obiad	Barszcz czerwony z uszkami (seler, gluten). Risotto drobiowe z pieczarkami (mleko), bukiet warzyw. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Banan, mandarynka, rodzyunki. Chrupki kukurydziane.

W nawiasach alergen.

Zastrzega się możliwość zmian w jadłospisie.

Woda dostępna dla dzieci na bieżąco.

Herbaty słodzone miodem z dodatkiem imbiru, cynamonu i goździków.