

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

26.01.2026

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką, pomidorem i ogórkiem kiszonym (gluten, mleko). Herbata z cytryną. Sok pomarańczowy.
Obiad	Krupnik z kaszy jaglanej (seler, mleko). Kluski na parze w sosie truskawkowym (gluten, mleko, jaja). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Bułka z pastą warzywną i czerwoną papryką (gluten, mleko). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Mandarynka.

Wtorek

27.01.2026

Śniadanie	Kasza manna z sosem wiśniowo-daktylowym (mleko, gluten). Graham z masłem (gluten, mleko). Herbata owocowa. Woda z melisą.
Obiad	Rosół z zacierką (seler, gluten, jaja). Kotlet drobiowy z jabłkiem i jogurtem naturalnym (mleko, gluten), ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, papryką, rzodkiewką i czerwoną cebulą z jogurtem naturalnym (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Pączki serowe (gluten, mleko, jaja). Sok marchwiowo-owocowy.

Środa

28.01.2026

Śniadanie	Bułka kajzerka z pastą twarogowo-łososiową z rzodkiewką i ogórkiem zielonym (gluten, mleko, ryby). Herbata z pomarańczą. Sok jabłkowy.
Obiad	Krem brokułowy z grzankami (seler, mleko, gluten). Mięso po meksykańsku z czerwoną soczewicą, makaron (gluten, jaja), sałatka z kapusty białej z marchwią i jabłkiem. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Jogurt naturalny z truskawkami (mleko). Rogal z masłem (gluten, mleko).

Czwartek

29.01.2026

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami miodowymi (mleko, gluten). Graham z masłem, serem żółtym i rzodkiewką (gluten, mleko). Herbata owocowa.
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami (seler, mleko). Risotto drobiowe z pieczarkami (mleko, gluten), bukiet warzyw. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Ptasie mleczko na biszkoptach (mleko, gluten, jaja). Herbata z sokiem.

Piątek

30.01.2026

Śniadanie	Graham z masłem (gluten, mleko), serek biały waniliowy z brzoskwiniami (mleko). Herbata z cytryną. Napój porzeczkowo-miętowy.
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem (seler, mleko, gluten, jaja). Pulpet rybny w sosie pomidorowy (ryby, jaja, gluten, mleko), ziemniaki, sałatka z ogórka kiszzonego i marchwi. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Banan, jabłko, rodzyнки, 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.