

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

21.07.2025

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, szynką drobiową, pomidorem i ogórkiem kiszonym (gluten, mleko). Herbata z cytryną. Sok pomarańczowy.
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (seler, mleko, gluten). Pierogi leniwe (mleko, jaja, gluten), surówka z marchwi i brzoskwiń. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Budyń śmietankowy ze świeżymi malinami (mleko).

Wtorek

22.07.2025

Śniadanie	Bułka z pastą twarogowo-jajeczną z sezamem i kolorowymi paprykami (gluten, mleko, jaja, sezam, gorczyca). Kawa zbożowa (mleko, gluten). Herbata owocowa.
Obiad	Krupnik (seler, gluten). Pieczeń rzymska ze szpinakiem (jaja, gluten), ziemniaki, sałata lodowa ze śmietaną i jogurtem naturalnym (mleko). Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Jogurt naturalny z truskawkami (mleko). Graham z masłem (gluten, mleko).

Środa

23.07.2025

Śniadanie	Bułka kukurydziana z masłem, serem żółtym, rzodkiewką i ogórkiem zielonym (gluten, mleko). Kakao (mleko). Woda z cytryną i miętą.
Obiad	Krem z brokułów z groszkiem ptysiowym (seler, mleko, gluten). Indyk duszony z dynią i papryką, kasza jęczmienna (gluten), ogórek kiszony. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Bułka maślana z kruszonką i masłem (gluten, mleko). Sok marchwiowo-owocowy.

Czwartek

24.07.2025

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko). Wek z masłem i powidłami (gluten, mleko). Herbata zielona. 1/2 jabłka.
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (seler, mleko, gluten, jaja). Pulpet z ryby w sosie koperkowym (ryby, jaja, gluten, seler, mleko), ryż na sypko, sałatka z kapusty czerwonej i jabłka. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Serniczki z galaretką na biszkoptach (mleko, gluten, jaja). Sok porzeczkowy.

Piątek

25.07.2025

Śniadanie	Chleb z pastą z ryb w pomidorach, ogórek kiszony (gluten, ryby). Herbata z pomarańczą. Sok jabłkowo-miętowy.
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (seler, mleko). Makaron z szynką w sosie śmietanowo-serowym (gluten, mleko, jaja), bukiet warzyw. Kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Talerz owocowy: arbuz, borówki, maliny, jabłko. 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.