

Przykładowy jadłospis - żłobki i przedszkole „Bajka”

DZIEŃ TYGODNIA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	D/BP (dieta bez przypraw)	D/BMA (dieta bezmleczna oraz z wyłączeniem alergenów)	Alergeny
Poniedziałek	Omlet z szynką i szczypiorkiem, herbata 314 kcal	Owoc w słupki do chrupania 50 kcal	Rosół z makaronem nitki, kotlety mielone wieprzowe z kaszą gryczaną, surówka z marchewki i jabłka, kompot 483 kcal	Mus owocowy plus wafle ryżowe 189 kcal	ZMIANA ŚNIADANIE: omlet bez soli ZMIANA OBIAD: zupa i drugie danie bez soli	ZMIANA OBIAD: obiad bez dodatku mlecznego DIETY INDYWIDUALNE: cały dzień posiłki bez alergenów	Alergeny: zboża zawierające gluten, nasiona sezamu i produkty pochodne, jaja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne, pietruszka, pomidor
Wtorek	Chałka z masłem i twarogiem półtłustym, herbata owocowa 221 kcal	Owoc pieczony (gruszka lub jabłko) 66 kcal	Zupa kalafiorowa z makaronem, kotlet z piersi z kurczaka w panierce z ziemniakami i mizerią, kompot 407 kcal	Placuszki z cukinii 174 kcal	ZMIANA ŚNIADANIE: kajzerka z masłem i twarogiem bez cukru ZMIANA OBIAD: zupa i drugie danie bez soli	ZMIANA ŚNIADANIE: chałka z margaryną i z powidłami śliwkowymi ZMIANA OBIAD: obiad bez dodatku mlecznego DIETY INDYWIDUALNE: cały dzień posiłki bez alergenów	Alergeny: zboża zawierające, gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne, seler, pietruszka
Środa	Chleb graham z serem żółtym i ogórkiem, herbata owocowa 237 kcal	Warzywo w słupki do chrupania 12 kcal	Zalewajka świętokrzyska z kielbaską i jajkiem, makaron kokardki ze szpinakiem, kompot 631 kcal	Mini tortilla z szynką, serem żółtym i papryką 150 kcal	ZMIANA OBIAD: zupa i drugie danie bez soli	ZMIANA ŚNIADANIE: chleb graham z margaryną i szynką drobiową ZMIANA OBIAD: z obiad bez dodatku mlecznego DIETY INDYWIDUALNE: cały dzień posiłki bez alergenów	Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne

DZIEŃ TYGODNIA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	D/BP (dieta bez przypraw)	D/BMA (dieta bezmleczna oraz z wyłączeniem alergenów)	Alergeny
Czwartek	Jajecznica na maśle, chleb pszenny z pomidorem, herbata 268 kcal	Warzywo w słupki do chrupania 88 kcal	Zupa ogórkowa z ziemniakami, potrawka z kurczaka z ryżem i mini marchewka, kompot 470 kcal	Deserek a'la sernik z galaretką 158 kcal	<b>ZMIANA ŚNIADANIE:</b> jajecznica bez soli <b>ZMIANA OBIAD:</b> zupa i drugie danie bez soli <b>ZMIANA PODWIECZOREK:</b> bez cukru	<b>ZMIANA ŚNIADANIE:</b> parówka, chleb z margaryną <b>ZMIANA OBIAD:</b> obiad bez dodatku mlecznego <b>DIETY INDYWIDUALNE:</b> cały dzień posiłki bez alergenów	<i>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne</i>
Piątek	Kluski na mleku, chleb pszenny z masłem i dżemem brzoskwiniowym, herbata 129 kcal	Owoc w słupki do chrupania 46 kcal	Krupnik, ryba po grecku z ziemniakami, kompot 415 kcal	Jogurt naturalny z musem owocowym plus chrupki kukurydziane 188 kcal	<b>ZMIANA ŚNIADANIE:</b> kluski bez cukru <b>ZMIANA OBIAD:</b> zupa i drugie danie bez soli	<b>ZMIANA ŚNIADANIE:</b> chleb z margaryną i dżemem brzoskwiniowym <b>ZMIANA OBIAD:</b> obiad bez dodatku mlecznego <b>ZMIANA PODWIECZOREK:</b> jogurt kokosowy <b>DIETY INDYWIDUALNE:</b> cały dzień posiłki bez alergenów	<i>Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne, ryby</i>
<b>Zastrzegamy możliwość zmian w jadłospisie w przypadku braku dostępności dostaw produktów!</b>							