



JADŁOSPIS TYGODNIOWY - dieta podstawowa

29.04 - 03.05.2024

	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD- II danie	OBIAD- zupa	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Zupa mleczna ⁷ z kaszką kukurydzianą (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Ser żółty ⁷ (20g) Pomidor (20g)	Banan	Gotowany filet z kurczaka (30g) Sos brokułowo – śmietanowy ^{1,7} (50g) Ryż (20g) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem marchewki, jabłka i oliwy (50g) Herbata ziołowa (150g)	Krem z białych warzyw ⁹ (220g)	Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ i miodem (35g) Kawa zbożowa ¹ z mlekiem ⁷ (150g)
WTOREK	Zupa mleczna ⁷ z płatkami gryczanymi (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pasta rybna ⁴ z dodatkiem twarogu ⁷ i koperku (25g) Ogórek zielony (20g)	Banan (35g) Jabłko (30g)	Jajko gotowane ³ (50g) Sos pomidorowy ¹ (50g) Ziemniaki puree ⁷ (90g) Gotowany bukiet warzyw (50g) Kompot wieloowocowy (150g)	Z czerwonej soczewicy ⁹ (220g)	Owsianka ¹ na mleku ⁷ z musem truskawkowym (170g)
ŚRODA			ŚWIĘTO		
CZWARTEK	Zupa mleczna ⁷ z płatkami ryżowymi (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pasta jajeczna ³ ze szczypiorkiem i jogurtem greckim ⁷ (25g) Ogórek kwaszony (20g)	Jabłko (90g)	Schab gotowany w jarzynach (100g) Kasza kuskus ¹ (20g) Herbata owocowa (150g)	Kalafiorowa ⁹ (220g)	Makaron ^{1,3} na mleku ⁷ z jagodami (130g)
PIĄTEK			ŚWIĘTO		

*cyfry 1-14 informują o alergenach mogących występować w danym posiłku w śladowych ilościach

mgr Natalia Krzoska

Podstawowy plan żywienia ulega modyfikacji zależnie od wskazań dietetycznych dziecka

Między posiłkami dzieci otrzymują wodę źródlaną i herbaty owocowe na życzenie. Do surówek i past dodawane są oleje zimno tłoczone lub oliwa

W szczególnych przypadkach jadłospis może ulec modyfikacjom