



PZZ.016.1.443.2025

**Żłobek Jacek i Agatka, Niezapominajka, Kalinka, Konieczynka, Stokrotka, Płyś, Czerwony Kapturek, Michałki, Calineczka, Krecik
Miś Uszatek, Żurawinka, Przemko, Balbinka, Królewna Śnieżka**

JADŁOSPIS TYGODNIOWY - dieta podstawowa

17-21.11.2025

	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD- II danie	OBIAD- zupa	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Zupa mleczna ⁷ z płatkami jęczmiennymi ¹ (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Twarożek z dodatkiem jogurtu naturalnego ⁷ (25g) Ogórek zielony (25g) Papryka czerwona (25g) Herbatka owocowa (150g)	Jabłko (100g)	Leczo z dyni, cukinii i pomidorów (150g) Kasza jęczmienna ¹ (20g) Kompot śliwkowy (150g)	Krem z zielonych warzyw ^{7,9} (220g)	Czekoladowy budyń (wyrób własny) na mleku ⁷ z malinami (170g)
WTOREK	Kaszka manna ¹ na mleku ⁷ z musem jagodowym (220g) Herbatka ziołowa (150g)	Banan (50g) Jabłko (50g)	Pulpecik rybny ^{1,3,4} (40g) Ziemniaki puree ⁷ (90g) Sos pomidorowy ¹ (50g) Gotowany brokuł (50g) Woda z cytryną i miętą (150g)	Zupa jarzynowa ⁹ (220g)	Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pasta z czerwonej soczewicy i warzyw korzeniowych (25g) Ogórek kwaszony (40g) Herbatka owocowa (150g)
ŚRODA	Zupa mleczna ⁷ z płatkami jaglanymi (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pasta drobiowa z dodatkiem gotowanej marchewki i oliwy (25g) Papryka czerwona (40g) Herbatka owocowa (150g)	Melon (100g)	Jajko gotowane ³ (50g) Ziemniaki puree ⁷ (90g) Sos śmietankowy ^{1,7} (50g) Szpinak duszony z dodatkiem czosnku ⁷ (50g) Kompot jabłkowy (150g)	Krupnik ^{7,9} (220g)	Mus śliwkowy z nasionami chia (80g)
CZWARTEK	Zupa mleczna ⁷ z płatkami ryżowymi (160g) Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Pasta warzywna z dodatkiem sezamu i oliwy ⁹ (25g) Ogórek zielony (40g) Herbatka owocowa (150g)	Gruszka (50g) Jabłko (50g)	Kurczak „po meksykańsku” w paprykowym trio (150g) Kasza kuskus ¹ (25g) Woda z pomarańczą (150g)	Zupa koperkowa z lanymi kluseczkami ^{1,3,7,9} (220g)	Koktajl bananowo-jagodowy na bazie jogurtu naturalnego i maślanki ⁷ (120g)
PIĄTEK	Pieczywo mieszane ¹ z masłem ⁷ (40g) Jajecznica ³ na oleju roślinnym (60g) Pomidor (40g) Herbatka owocowa (150g)	Banan (100g)	Pieczony kotlecik rybny ^{1,3,4} (40g) Ryż biały (25g) Sos cytrynowy ^{1,7} (50g) Surówka z marchewki i jabłka (50g) Kompot truskawkowy (150g)	Zupa ogórkowa z ziemniakami ⁹ (220g)	Owsianka ¹ na mleku ⁷ z gruszką i cynamonem (160g) Herbatka ziołowa (150g)

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

mgr inż. Martyna Rochowiak

Podstawowy plan żywienia ulega modyfikacji zależnie od wskazań dietetycznych dziecka

Miedzy 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