



Jadłospis tygodniowy



na tydzień 19-23.02.2018

Poniedziałek 19.02.

Śniadanie	Bułka owsiana (zawiera ziarna zbóż, mąkę pszenną) z masłem, polędwicą, pomidorem i sałatą, napój;
Obiad	Zupa z kapusty kwaszonej (zawiera śmietanę, seler, gluten), kluski leniwe (zawierają jaja, gluten, laktozę), owoc;
Podwieczorek	Racuchy drożdżowe (zawierają jaja, gluten, laktozę);

Wtorek 20.02.

Śniadanie	Bułka maślana, kakao (zawierają mleko, mąkę pszenną, jaja);
Obiad	Spaghetti bolognese (zawiera seler, mąkę pszenną, jaja), ogórek małosolny, napój, owoc;
Podwieczorek	Kisiel z jabłkami;

Środa 21.02.

Śniadanie	Bułka owsiana (zawiera gluten) z masłem, twarogiem i warzywami (zawiera laktozę), napój;
Obiad	Indyk duszony w maśle (zawiera seler, gluten), ryż, brokuł na parze, napój, owoc;
Podwieczorek	Jogurt owocowy (zawiera laktozę), chrupki kukurydziane;

Czwartek 22.02.

Śniadanie	Płatki kukurydziane z mlekiem (zawierają laktozę);
Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem , krokiet z mięsem (zawiera gluten, jaja, seler);
Podwieczorek	Ciasteczka maślane (zawierają jaja, gluten);

Piątek 23.02.

Śniadanie	Jogurt owocowy, bułka maślana (zawiera laktozę, gluten);
Obiad	Ryba smażona (zawiera rybę, mąkę pszenną, jaja), surówka z kapusty kwaszonej, napój, owoc;
Podwieczorek	Kajzerka z masłem i dżemem (zawiera laktozę, gluten);

*w jadłospisie oznaczono produkty będące alergenami

*napój: herbata, kompot, sok owocowy – 200 ml; woda – 330 ml; porcja mięsa – od 70 g do 100g (porcja zależna od wieku dziecka); surówka/ sałatka – 100g/120g; ziemniaki – 200g; makaron – 120g; zupa – 250 ml; ryba – 100g /120g; owoc – 1 szt.