

JADŁOSPIS		DATA: tydzień 4	
Wartości odżywcze jadłospisu	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek E [kcal]: 1550 B [g]: 45,64, T [g]: 41,79, W [g]: 141,82	Mleko z chrupkami kukurydzianymi (gluten, mleko)	Zupa pomidorowa krem z grzankami (seler,)	Ryz z jabłkami, kompot (mleko, gluten)
DIETA BEZMLECZNA E [kcal]: 1470 B [g]: 44,31, T [g]: 40,01, W [g]: 142,02	Mleko roślinne chrupki kukurydziane	Zupa jarzynowa z makaronem (seler, gluten)	Kotlet drobiowy z ziemniakami masłem i koperkiem buraczki (jajko, gluten, mleko)
Wtorek E [kcal]: 1470 B [g]: 44,31, T [g]: 40,01, W [g]: 142,02	Butka z masłem z szyneką drobiową, pomidor (mleko, gluten)	Kanapka z masłem roślinnym z szyneką drobiową, pomidor arbuz	Grillowana pierś z młodymi ziemniakami z wody i koperkiem ogórek
DIETA BEZMLECZNA E [kcal]: 1019,73, B [g]: 49,19, T [g]: 40,67, W [g]: 119,89	Kanapka z masłem i pastą jajeczną i szczyptką (gluten, mleko, jajko)	Lekki żurek z ziemniakami (seler, gluten)	Kopytka z masłem (gluten, mleko, jajka)
Środa E [kcal]: 1027,67, B [g]: 43,56, T [g]: 35,43, W [g]: 141,08	Kanapka z masłem i roślinnym serem żółtym, sałata, rzodkiewka (gluten)	Barszcz zabieleny z ziemniakami (seler, gluten)	Mus owocowy
DIETA BEZMLECZNA E [kcal]: 1027,67, B [g]: 43,56, T [g]: 35,43, W [g]: 141,08	Kanapka z masłem z szyneką wieprzową, ogórek, sałata jabłko (gluten, mleko)	Pupieciki w sosie pomidorowym z makaronem (gluten, gorczyca)	Mus owocowy
Czwartek E [kcal]: 1027,67, B [g]: 43,56, T [g]: 35,43, W [g]: 141,08	Kanapka z masłem roślinnym z szyneką drobiową, pomidor jabłko (gluten)	Klopsiki rybne z ziemniakami i surówką z białej kapusty (mleko, gluten, jajka)	Ciasto czekoladowe (gluten, mleko, jajka)
DIETA BEZMLECZNA E [kcal]: 1096,39, B [g]: 46,51, T [g]: 40,98, W [g]: 140,59	Butka z masłem i serkiem śmietankowym, papryka i rzodkiewka (gluten, mleko)	Zupa koperkowa z ryzem (seler)	Buteczki maslane
Piątek E [kcal]: 1096,39, B [g]: 46,51, T [g]: 40,98, W [g]: 140,59	Butka z masłem roślinnym, serkiem roślinnym z papryką i rzodkiewką	Klopsiki rybne z ziemniakami i surówką z białej kapusty (mleko, gluten, jajka)	Jogurt owocowy
DIETA BEZMLECZNA E [kcal]: 1096,39, B [g]: 46,51, T [g]: 40,98, W [g]: 140,59	Butka z masłem roślinnym, serkiem roślinnym z papryką i rzodkiewką	Paluszki rybne z ziemniakami i surówką z marchewki	Jogurt owocowy

Alergeny zaznaczono grubą czcionką zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Zastępuje się możliwość wprowadzania zmian do jadłospisu. Do posiłków podawana jest herbata lub kompot. Przez cały czas dostępna ciepła woda do picia. Wykorzystywane napoje roślinne: napój kokosowy / napój owsiany 1 / napój sojowy 6 / napój jaglany; Wykorzystywane jogurty roślinne: jogurt kokosowy / jogurt sojowy 6; Jadłospis dla grupy wiekowej 4-6 lat. Wartości odżywcze wyliczone dla jadłospisu podstawowego; E-energia, B-