



WWW.DZIECKIEHBADZ.PL

Jadłospis 02.01.2024 – 12.01.2024

<i>Data</i>	<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Podwieczorek</i>
WTOREK 02.01.2024 Kcal 1015	Chleb słonecznikowy 50g / mąka pszenna , jaja/ masło 10 g, szynka wieprzowa 30g / soja/ pomidor 30g kawa na mleku /jęczmień, żyto / 200ml	Krupnik z kaszą pęczak 250ml / marchew, pietruszka, seler , kapusta włoska , por, kasza jęczmienna , śmietana / kokardy makaronowe z serem i miodem 150g / mąka pszenna , jaja, twaróg, masło , jogurt/ jogurt waniliowy 100ml herbata z cytryną 150ml	Weka 30g/ mąka pszenna , jaja/ masło 5g, ser żółty 25g ogórek kiszony 20g herbata 150ml
ŚRODA 03.01.2024 Kcal 1035	Płatki kukurydziane na mleku 200ml bułka pszenna 30g /mąka pszenna , jaja/ masło 5g, dżem morelowy 20g herbata owocowa 200ml	Zupa pomidorowa z lanym ciastem, natką pietruszki 250ml / konc. pomidorowy 30%,marchew, pietruszka, cebula, mąka pszenna , jaja,śmietana/ kurczak w sosie śmietanowo szpinakowym 80g/40ml / filet drobiowy, olej, cebula, szpinak, śmietana , mąka pszenna / ryż 40g surówka z selera z rodzynkami 70g /seler, jogurt/	Ciasteczka owsiane 25g / płatki owsiane , masło , cukier, jaja/ kakao na mleku 200ml

			<i>kompot truskawkowy 200ml</i>	
CZWARTEK 04.01.2024	<i>Chleb słonecznikowy 50g</i> <i>/ mąka pszena, jaja/</i> masło 10g, <i>wędlina 30g/ soja/</i> <i>papryka świeża 30g</i> <i>kawa na mleku/ jęczmień, żyto /</i> <i>200ml</i>		<i>Zupa ogórkowa z kurczakiem i ziemniakami</i> <i>250ml</i> <i>/ ogórek</i> <i>kiszony, marchew, pietruszka, seler, mąka pszena , kurczak,</i> <i>śmietana /</i> <i>naleśniki z dżemem 150g</i> <i>/</i> <i>mąka pszena, jajko mleko, olej, dżem/</i> <i>kompot jabłkowy 200ml</i>	<i>Budyń czekoladowy</i> <i>/ mleko, mąka ziemniaczana, kakao, cukier, jaja/</i> <i>150ml</i> <i>chrupki kukurydziane 15g</i>
Piątek 04.01.2024	<i>Bułka pszenna 50g,</i> <i>/ mąka pszena, jaja, mleko/</i> masło 10g, <i>pasta jajeczna ze szczypiorkiem</i> <i>jaja, musztarda, jogurt/</i> <i>kakao na mleku 200ml</i>		<i>Zupa koperkowa z ryżem 250ml,</i> <i>/ koper suszony, marchew, pietruszka, por, seler, śmietana/</i> <i>ziemniaki z koperkiem 120g</i> <i>burger rybny 70g</i> <i>/miruna, jaja, mleko, bułka pszena, olej/</i> <i>surówka z kiszanej kapusty 70g</i> <i>kompot owocowy 200ml,</i>	<i>Mus z mango z jogurtem 150g</i> <i>chrupki kukurydziane 20g</i>
Poniedziałek 08.01.2024	<i>Bułka grahamka 50g,</i> <i>/ mąka pszena, jaja/</i> masło 10g, <i>szynka drobiowa 30g/ soja/</i> <i>ogórek świeży 40g,</i> <i>kawa zbożowa/ jęczmień, żyto /</i> <i>mleku 200ml</i>	<i>na</i>	<i>Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i</i> <i>ziemniakami 250ml</i> <i>/ marchew, pietruszka ,seler, kapusta włoska, por, ziemniaki ,</i> <i>groszek zielony ,śmietana/</i> <i>spaghetti bolognese 150g</i> <i>/mąka pszena, jaja, szynka, cebula, olej pomidory pellati, /</i> <i>sok marchwiowo jabłkowy 150ml</i>	<i>Kisiel pomarańczowy z tartymi</i> <i>jabłkami 150ml</i> <i>/ mąka ziemniaczana, cukier, pomarańcz, jabłko/</i> <i>biszkopty 15g</i> <i>/ mąka pszena, jaja, mleko/</i>
Wtorek 09.01.2024	<i>Weka 50g,</i> <i>/ mąka pszena, jaja/</i> masło 5g, <i>twarożek waniliowy 40g</i> <i>/ twaróg, śmietana /</i> <i>cząstki mandarynki 30g</i> <i>herbata 200ml</i>		<i>Bulion warzywny na rosole z makaronem</i> <i>250ml</i> <i>/ kurczak, marchew, pietruszka, seler, por , kapusta włoska,</i> <i>mąka pszena, jaja/</i> <i>ziemniaki z koperkiem 120g</i> <i>devolay w chrupiącej panierce 80g</i> <i>/filet z kurczaka, jaja, mleko, olej, bułka pszena /</i> <i>surówka colesław 70g</i> <i>/ kapusta biała, marchew, cebula, kukurydza, jogurt,</i> <i>majonez/</i> <i>kompot agrestowo jabłkowy 200ml</i>	<i>Mix świeżych owoców</i> <i>/ mandarynka, jabłko, banan/</i> <i>wafelek ryżowy 15g</i>
Środa 10.01.2024	<i>Chleb wieloziarnisty 50g</i> <i>pszena, jaja/</i> masło 10g,	<i>/ mąka</i>	<i>Barszcz czerwony z ziemniakami 250ml</i> <i>/buraki, barszcz kiszony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler,</i> <i>cebula, mąka pszena, śmietana/</i>	<i>Bułka pszenna 30g</i> <i>/ mąka pszena, jaja/</i> masło,

<p>Kcal 1060</p>	<p>pasztet drobiowy 40g/ soja/ rzodkiewka 30g, bawarka /mleko/ 200ml</p>	<p>leniwe kluseczki z serem i masłem 150g / mąka pszenna, jaja, twaróg, ziemniaki, masło/ jogurt z owocami leśnymi 100ml herbata z pomarańczą 200ml</p>	<p>szynka wieprzowa / soja/ 25g ogórek kiszony 30g herbata z cytryną</p>
<p>Czwartek 11.01.2024</p> <p>Kcal 1020</p>	<p>Bułka szpinakowa 50g, pszenna, jaja/ masło 10g, jajko pomidor 40g szczypiorek 5g herbata z melisy 200ml</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml /brokuł, marchew, pietruszka, cebula, mąka pszenna, śmietana, jaja/ ziemniaki z koperkiem 120g gulasz drobiowy 80g /udziec z kurczaka, cebula, papryka, mąka pszenna, olej/ ćwikła z kminkiem 70g kompot owocowy 200ml</p>	<p>Deser biszkoptowy z owocami i galaretką 80g / mąka pszenna, jaja, cukier, truskawka, galaretka/ bawarka z mlekiem 150ml</p>
<p>Piątek 12.01.2024</p> <p>Kcal 1015</p>	<p>Chleb orkiszowy 50g, / mąka pszenna, jaja/ masło 5g serek almette z ziołami 40g, ćwiartka jabłka herbata z cytryną 200ml</p>	<p>Krem z białych warzyw z grzankami 250ml /pietruszką, seler, kalafior, cebula, śmietana, mąka pszenna, jaja/ paluszki rybne z pieca 70g /miruna, jaja, olej, bułka tarta/ ziemniaki puree 120g / mleko, masło/ surówka z marchwi z cytryną 70g kompot owocowy 200ml</p>	<p>Salatka owocowa 150ml /gruszka, jabłko, pomarańcz/ ciasteczka zbożowe / mąka pszenna, jaja, owoce suszone/ 20g</p>

Smacznego !!!

Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.

Zgodnie z załącznikiem 2 do rozporządzenia 1169/2011 w jadłospisie wyróżniono pogrubieniem substancje lub produkty powodujące alergie.