



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

Żłobek nr 12
ul. Grochowska 232
04-368 Warszawa



Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
<p>Kakao na mleku/ kakao na napoju roślinnym , pieczywo mieszane z masłem/ flora, jajecznica na parze ze szczypiorkiem, pomidor/ dżem</p> <p>II Śniadanie: jabłka, banany, woda</p>	<p>Pulpeciki drobiowe w sosie słodko kwaśnym, ryż jaśminowy z natką , brokuł gotowany, surówka z marchewki z jabłkiem, olej, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: Kapuśniak z ziemniakami, zielenina,</p>	<p>Jogurt naturalny z truskawkami/ mus truskawkowy dieta</p>
<p>Alergeny : mleko, jaja, gluten</p>	<p>Seler, jaja, gluten</p>	<p>Mleko</p>
<p>Kasza jaglana na mleku/ kaszka bezmleczna, pieczywo mieszane z masłem/ flora ser twarogowy z rzodkiewka, ogórek , pomidor/ dżem dieta</p> <p>II Śniadanie: pomarańcze, jabłka, woda</p>	<p>Pieczeń wieprzowa w sosie pomidorowym , ziemniaki z ziemniakami natką , mix jarzyn gotowanych , surówka z buraczków z kukurydza, olej, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: krupnik z warzywami, zielenina, olej</p>	<p>Makaron z duszonym jabłkiem, cynamonem, mleko do picia/ dieta herbata owocowa .</p>
<p>Alergeny: gluten, mleko</p>	<p>Jaja, gluten, mleko, seler</p>	<p>Gluten, mleko</p>
<p>Płatki mieszane na mleku/ kaszka bezmleczna, pieczywo mieszane z masłem/ flora, plastry szynki drobiowej, sałata masłowa, papryka kolorowa, herbata owocowa</p> <p>II Śniadanie: winogrona, jabłka , woda</p>	<p>Morszczuk pieczony z koperkiem, w sosie cytrynowym, ziemniak gotowane z zielenina, buraczki na ciepło, surówka z kiszonej kapusty z marchewka, cebulka, olej, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: pomidorowa z makaronem, zielenina, olej, zabieleną śmietaną .</p>	<p>Galaretka owocowa</p>
<p>Alergeny :mleko, gluten, seler, gorczyca</p>	<p>Seler, jaja, gluten, ryba, mleko</p>	
<p>Kluski lane na mleku/ kaszka bezmleczna, pieczywo mieszane z masłem/ flora , ser żółty , pomidor, ogórek zielony/ dżem.</p> <p>II Śniadanie: banany, winogrona, jabłka, woda</p>	<p>Kotleciki cielęco-wieprzowe , kasza orkiszowa z zielenina, marchewka gotowana z groszkiem, mizeria z ogórka z rzodkiewka pomidorem w sosie śmietanowo- koperkowym, olej, kompot owocowy</p> <p>Zupa: jarzynowa z ziemniakami, zabieleną, maślanka</p>	<p>Napój na bazie kefiru z borówkami/ mus borówkowy</p>
<p>Alergeny : mleko, jaja, gluten</p>	<p>Seler, jaja, gluten, mleko</p>	<p>Mleko</p>
<p>Makaron na mleku/ kaszka bezmleczna, pieczywo mieszane z masłem/ flora, pasztet warzywny, ogórek kiszony, rumianek .</p> <p>II Śniadanie: jabłka , woda</p>	<p>Pieczeń z dorsza ze szpinakiem, w sosie własnym, ziemniaki gotowane, fasolka zgotowana, surówka z pomidora z cebulka, szczypiorkiem, oliwa, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: ogórkowa z kasza jęczmienna, zabieleną jogurtem,</p>	<p>Placki serowe , mleko do picia/ placki z jabłkiem, herbata</p>
<p>Alergeny: mleko, gluten, jaja, seler</p>	<p>Seler, jaja, gluten, mleko, ryba</p>	<p>Mleko, jaja, gluten A</p>

Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
<p>Kasza kus kus na mleku/ kaszka bezmleczna , pieczywo mieszane z masłem/ flora, ser mozzarella, pomidor, herbata owocowa/ dzem.</p> <p>II Śniadanie: jabłka, banany, woda</p>	<p>Gołąbki bez zawijania z mięsem mieszanym w kapuście włoskiej w sosie pomidorowo- cebulowym, ziemniaki gotowane, brokuł z wody, surówka z marchewki z jabłkiem, olej, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: zacierkowa z warzywami , zielenina,</p>	<p>Mus na bazie maślanki z owocami, herbatniki/ mus owocowy chrupki kukurydziane</p>
Alergeny : mleko, jaja, gluten	Seler, jaja, gluten	Mleko , gluten, jaja
<p>Kawa na mleku/kawa na napoju roślinnym , pieczywo mieszane z masłem/ flora ser twarogowy z konfitura brzoskwiniowa/ konfitura brzoskwiniowa</p> <p>II Śniadanie: winogrona, jabłka, woda</p>	<p>Klopsiki z indyka w sosie curry – kokosowym, ryż mieszany z zielenina, buraczki na ciepło, surówka z pomidora , ogórka, rzodkiewki olej, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: kalafiorowa z koperkiem, ziemniaki, zabieleniana kefirem</p>	<p>Budyń mleczny z musem malinowym/ kisiel malinowy</p>
Alergeny: gluten, mleko	Jaja, gluten, mleko, seler	mleko, jaja
<p>Kasza manna na mleku/ kaszka bezmleczna, pieczywo mieszane z masłem/ flora, polędwica sopocka, pomidor malinowy, sałata masłowa , sałata masłowa, papryka kolorowa, herbata owocowa</p> <p>II Śniadanie: pomarańcze , jabłka, woda</p>	<p>Pieczeń rybna w sosie żurawinowym, ziemniaki z zielenina, jarzyny gotowane, surówka z kapusty kiszzonej z marchewka, cebula, olej, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: ryżanka z zielenina, warzywami .</p>	<p>Jogurt naturalny z wiśniami/ mus wiśniowy</p>
Alergeny :mleko, gluten, seler, gorczyca	Seler, jaja, gluten, ryba	Mleko
<p>Makaron na mleku/ kaszka bezmleczna, pieczywo mieszane z masłem/ flora , plastry jaja z papryka czerwona, ogórek zielony/ dzem</p> <p>II Śniadanie: jabłka, pomarańcze, mango , woda</p>	<p>Pieczeń z mięsa mieszanego w sosie koperkowym, kasza kus kus z zielenina, mix jarzyn gotowanych, mizeria z ogórka z rzodkiewka, jogurt naturalny/ olej, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: kapuśniak z ziemniakami, zielenina</p>	<p>Tiramisu z sera twarogowego z cząstkami brzoskwini, kruszonymi biszkoptami, posypka kakaowa , kawa do picia/ galaretka owocowa</p>
Alergeny : mleko, jaja, gluten	Seler, jaja, gluten, mleko	Mleko , gluten, kakao
<p>Płatki na mleku/ kaszka bezmleczna, pieczywo mieszane z masłem/ flora, humus z cieciorci z burakiem, ogórek kiszony</p> <p>II Śniadanie: jabłka , woda</p>	<p>Zapiekanka makaronowa z warzywami w pomidorach, surówka z buraczków z jabłkiem, olej, kompot owocowy.</p> <p>Zupa: brokułowa z ziemniakami, zielenina, zabieleniana maślanka</p>	<p>Domowy przecier owocowy (brzoskwiniowo-marchewkowy) herbatniki</p>
Alergeny: mleko, gluten	Seler, jaja, gluten, mleko	Gluten, jaja