



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

Żłobek nr 19
ul. Rabsztyńska 22
01-143



DATA	ŚNIADANIE I II ŚNIADANIE	OBIAD	ZUPA I PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 17/04/2023	Lane kluski na mleku (d/m – kaszka bezmleczna), pieczywo mieszane z masłem (d/pm- flora), pasta z jaja z cieciorką i szczypiorem (d/j- bez jaj), warzywo do wyboru. Rumianek do picia. II śniadanie: mix owoców, woda do picia.	Ziemniaki z koperkiem, pulpety wieprzowe (d/j- bez jaj) w sosie brokułowym (d/j- bez jaja). Brukselka na jarzynkę. Surówka z marchewki z rzodkiewką, jabłkiem i jogurtem (d/pm- bez jogurtu). Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Wafelek ryżowy, chrupki kukurydziane, jabłuszko i kakao do picia (d/m- napój roślinny). ZUPA: Pomidorowa z ryżem i zielenką zabieleną jogurtem (d/pm- bez jogurtu).
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne, jaja	Jaja, przetwory mleczne	Mleko
WTOREK 18/04/2023	Kawa zbożowa do picia (d/m- napój roślinny), pieczywo mieszane z masłem (d/pm – Flora), ser żółty, (d/pm- wędlna), warzywo do wyboru. II śniadanie: mix owoców, woda do picia	Ziemniaki z koperkiem, smażone paluszki z morskuczka (d/j- bez jaja) ze szczypiorem. Mix warzyw na jarzynkę. Kapusta kiszona z jabłkiem i oliwą z oliwek. Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Jogurtowy sernik na zimno polany musem truskawkowym (d/pm- napój roślinny). ZUPA: Krupniczek z zielenką.
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Jaja, ryba	Przetwory mleczne
ŚRODA 19/04/2023	Płatki orkiszowo- jaglane na mleku (d/m- kaszka bezmleczna), pieczywo mieszane z masłem (d/pm – Flora), twarożek bananowy (d/pm- dżem). Mięta do picia. II śniadanie: mix owoców, woda do picia.	Kasza bulgur z gulaszem drobiowym. Włoszczyzna na jarzynkę. Surówka z ogórka świeżego z dymką i jogurtem (d/pm- bez jogurtu). Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Ciasto biszkoptowe z polewą czekoladową, cząstki gruszki (d/j, pm- ciasteczka bez jaj). ZUPA: Ogórkowa z ziemniakami i zielenką zabieleną jogurtem (d/pm- bez jogurtu).
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Przetwory mleczne	Przetwory mleczne, jaja
CZWARTEK 20/04/2023	Kasza kuskus na mleku (d/m- kaszka bezmleczna), pieczywo mieszane z masłem (d/pm – Flora), wędlna drobiowa, warzywo do wyboru. Herbata owocowa do picia II śniadanie: mix owoców, woda do picia.	Makaron z białym serem i sosem wiśniowym (d/m- bez sera). Surówka z kalarepki z jabłkiem, brzoskwinia i jogurtem (d/pm- bez jogurtu). Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Kalafior, brukselka i brokuł z tartą bułeczką i masłem (d/pm- bez masła). ZUPA: Cebulowa z ziemniakami, pszeną grzanką i zielenką.
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Przetwory mleczne	Przetwory mleczne
PIĄTEK 21/04/2023	Płatki gryczane na mleku (d/m- kaszka bezmleczna), pieczywo mieszane z masłem (d/pm – Flora), jajecznica (d/j- wędlna), warzywo do wyboru. Napój cytrynowy do picia. II śniadanie: mix owoców, woda do picia.	Ryż pełnoziarnisty. Pulpety z indyka w sosie koperkowym (d/j- bez jaja). Surówka z ogórka kiszzonego i świeżego z papryką i oliwą. Dynia z groszkiem na jarzynkę. Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Krucze ciasteczka, banan w cząstkach (d/b-przecier owocowy), jogurt naturalny do picia (d/pm- napój roślinny). ZUPA: Buraczkowa z ziemniakami i zielenką zabieleną jogurtem (d/pm- bez jogurtu).
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Jaja	Przetwory mleczne, banan

DATA	ŚNIADANIE I II ŚNIADANIE	OBIAD	ZUPA I PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 24/04/2023	Makaron na mleku (d/m - kaszka bezmleczna), pieczywo mieszane z masłem (d/pm- Flora), ser żółty (d/pm- wędlina), warzywo do wyboru. Herbatka liściasta z cytryną do picia. II śniadanie: mix owoców, woda do picia.	Ziemniaki z koperkiem. Kotlet z dorsza (d/j- bez jaja) z natką pietruszki. Surówka z selera z jabłkiem i jogurtem (d/pm- bez jogurtu; d/s.-marchew). Brokuł na jarzynkę. Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Jogurt wieloowocowy do picia (d/pm- mus owocowy). ZUPA: Jarzynowa z pieczakiem i zielenką.
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Jaja, przetwory mleczne	Przetwory mleczne
WTOREK 25/04/2023	Kaszka jaglana na mleku (d/m- kaszka bezmleczna), pieczywo mieszane z masłem (d/pm- Flora), pasta z zielonego groszku i jaja (d/j- bez jaja), warzywo do wyboru. Mięta do picia. II śniadanie: mix owoców, woda do picia.	Ziemniaki z koperkiem. Kotlecik wieprzowy ze szczypiorem (d/j- bez jaja). Buraczki na jarzynkę. Surówka z białej rzodkiewki z jabłkiem i jogurtem (d/pm- bez jogurtu). Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Budyń mleczny z musem owocowym (d/m- napój roślinny). ZUPA: Pomidorowa z zacierkami zabilana jogurtem (d/pm- bez jogurtu) z natką pietruszki.
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Jaja, przetwory mleczne	Przetwory mleczne, mleko
ŚRODA 26/04/2023	Mleko do picia (d/m- napój roślinny), bułka wrocławska z masłem (d/pm- Flora), marmolada. II śniadanie: słupki z marchwi, pomarańcze, mandarynki, woda do picia.	Ryz pełnoziarnisty. Gulasz wołowy z włoszczyzną w paskach (d/w- wieprzowina). Surówka z ogórka kiszzonego, z jabłkiem, papryką i oliwą. Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Pączki serowe (d/pm- ciasteczka bio). ZUPA: Groszkowa z ziemniakami i zielenką zabilana jogurtem (d/pm- bez jogurtu).
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Wołowina	Przetwory mleczne
CZWARTEK 27/04/2023	Płatki jęczmiennie- owsiane na mleku (d/m- kaszka bezmleczna), pieczywo mieszane z masłem (d/pm- Flora), wędlina wieprzowo- drobiowa, warzywo do wyboru. Herbatka owocowa do picia. II śniadanie: mix owoców, woda do picia.	Spaghetti drobiowe. Kalafior i marchew junior na jarzynkę. Mizeria z koperkiem i rzodkiewką na surówkę (d/pm- bez jogurtu). Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Jogurt naturalny z kawałkami galaretki owocowej (d/pm- galaretka). ZUPA: Brokułowa z ziemniakami i zielenką zabilana jogurtem (d/pm- bez jogurtu).
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Przetwory mleczne	Przetwory mleczne
PIĄTEK 28/04/2023	Kaszka manna na mleku (d/m - kaszka bezmleczna), pieczywo mieszane z masłem (d/pm- Flora), twarożek ze szczypiorem (d/pm- wędlina), warzywo do wyboru. Rumianek do picia. II śniadanie: mix owoców, woda do picia.	Ziemniaki z koperkiem, pulpet z morszczuka ze szczypiorem (d/r- mięsny). Mix warzyw na jarzynkę. Kapusta pekińska z rzodkiewką, papryką czerwoną i koperkiem, sos jogurtowy (d/pm- bez jogurtu). Kompot owocowy do picia.	PODWIECZOREK: Kisiel owocowy. ZUPA: Pomidorowa z makaronem orzo i zielenką zabilana jogurtem (d/pm- bez jogurtu).
Alergeny	Mleko, przetwory mleczne	Jaja, przetwory mleczne, ryba	Przetwory mleczne