



jednostka budżetowa  
miasta stołecznego  
Warszawy

# PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

---

Żłobek nr 33  
ul. Umińskiego 9  
09-384



PONIEDZIAŁEK	<p>Kukurydziane lane kluseczki na mleku          Kanapki z pieczywa mieszanego z plasterkami sera żółtego, kawałki pomidora malinowego ze szczypiorkiem, herbata z sokiem owocowym</p> <p>Il śn: banan, jabłka, woda</p>	<p>Puree ziemniaczane z koperkiem, kuleczki mięsne (indyk) zapiekane w sosie chrzanowym, mizeria z ogórka zielonego z koperkiem i ze śmietaną, marchewka mini gotowana, kompot wieloowocowy.</p>	<p>Czerwony barszcz z kaszą manną koperkiem i natką pietruszki.</p> <p>Brzoskwiniowy jogurt z kruszonką biszkoptową</p>
ALERGENY	<u>Laktoza-mleko ,gluten(pszenica, żyto)</u>	<u>Jajka, gluten-bułka, laktoza.</u>	<u>Laktoza</u>
WTOREK	<p>Płatki żytnie na mleku, trójkąciki pieczywa razowego z masłem, szynka drobiowa, słupki kolorowej papryki, lekki napar herbaty z cytryną.</p> <p>Il śn: winogrona, jabłka, woda</p>	<p>Ziemniaki gotowane posypane koperkiem i natką pietruszki, kotleciki pieczone (schab), surówka z marchewki, pomarańczy, jabłka z jogurtem greckim, szpinak gotowany z czosnkiem, kompot malinowo-gruszkowy.</p>	<p>Krem dyniowy z mleczkiem kokosowym z groszkiem ptysiowym</p> <p>Kluski leniwe z bułką tartą i masłem</p>
ALERGENY	<u>Gluten-pszenica, żyto, jajka ,laktoza –mleko</u>	<u>Gluten ,jajka</u>	<u>Seler, laktoza-twarożek.</u>
ŚRODA	<p>Makaronowe muszelki na mleku,          Pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem i pomidorami suszonymi, plasterki ogórka kiszzonego, herbata owocowo-miętowa.</p> <p>Il śn: mandarynki, jabłka, woda</p>	<p>Kasza gryczana gotowana, pulpeciki z cielęciny w sosie musztardowym, surówka z buraka, melona, jabłka z oliwą z oliwek, różyczki kalafiora gotowanego z bułeczką, Kompot ananasowy</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną z koperkiem.</p> <p>Koktajl bananowy na bazie maślanek, chrupki kukurydziane.</p>
ALERGENY	<u>Laktoza-(mleko ), gluten-pszenica.</u>	<u>Jajka, ryba, gluten</u>	<u>Seler ,laktoza.</u>
CZWARTEK	<p>Kawa zbożowa na mleku,          Bułeczka z masłem, wiosenne kuleczki twarogowe z wiórkami rzodkiewki i szczypiorku.</p> <p>Il śn: jabłka, melon, woda</p>	<p>Ziemniaki gotowane posypane koperkiem i natką pietruszki, paluszki rybne w posypce sezamowej, sos ziołowy, surówka z kapusty kiszzonej, jabłka, moreli, natki pietruszki z oliwą z oliwek, fasolka zielona gotowana, Kompot truskawkowy</p>	<p>Krupnik na wywarze z jarzyn z natką pietruszki</p> <p>Muffinki cytrynowe posypane cukrem pudrem, mleko.</p>
PIĄTEK	<p>Kasza kus-kus na mleku,          Kanapki z masłem z pasztecikiem z czarnej soczewicy z dodatkiem jajka i prażonych pestek słonecznika, słupki ogórka zielonego, napój rumiankowo-miętowy</p> <p>Il śn: arbuz, jabłka, woda</p>	<p>Marchewkowe kluseczki, gulasz z kurczaka z dodatkiem warzyw, bukiet jarzyn gotowanych (brokuły, brukselka, kalafior, fasolka szparagowa kolorowa), surówka z selera, brzoskwini, jabłka, rodzynek z jogurtem, Kompot wiśniowy</p>	<p>Krem pomidorowy z ziemniakami, koperkiem i natką pietruszki</p> <p>Letnia sałatka owocowa (banan, gruszka, truskawka, borówka)</p>

<p>PNIEDZIAŁEK</p>	<p>Gryczane zacierki na mleku, pieczywo mieszane z pastą z sera żółtego z dodatkiem jajka z dodatkiem pestek dyni, słupki kolorowej papryki, herbata owocowa.</p> <p>II śn: gruszki, jabłka, woda</p>	<p>Kasza jęczmienna gotowana, zraziki z mięsa wołowego w sosie cebulowym, surówka z kapusty pekińskiej, żurawiny, brzoskwini z jogurtem, buraczki gotowane na puree, Kompot porzeczkowo-wiśniowy</p>	<p>Zupa koperkowa z mini kluseczkami jaglanymi.</p> <p>Smothie na bazie jogurtu z owocami i cynamonem (mango, banan, melon, miód)</p>
<p>ALERGENY</p>	<p><u>Laktoza-mleko ,gluten(pszenica, żyto)</u></p>	<p><u>Jajka, gluten-bułka, laktoza.</u></p>	<p><u>Laktoza</u></p>
<p>WTOREK</p>	<p>Kakao na mleku, kanapki z masłem i jakiem na twardo, wiórki rzodkiewki posypane szczypiorkiem, lekki napar z rumianku</p> <p>II śn: mix owocowy(kiwi, jabłka, banan, winogrona)</p>	<p>Kasza jaglana gotowana na sypko, kuleczki rybne w sosie morelowo-śliwkowym, surówka z pomidora, dymki, bazylii z oliwą z oliwek, białe jarzyny gotowane na puree z mleczkiem kokosowym, Kompot malinowo-gruszkowy</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami, koperkiem i natką pietruszki zabieleną śmietaną.</p> <p>Ruloniki naleśnikowe nadziewane puszystym serkiem borówkowym, posypane cukrem pudrem</p>
<p>ALERGENY</p>	<p><u>Gluten-pszenica, żyto, jajka ,laktoza –mleko</u></p>	<p><u>Gluten ,jajka</u></p>	<p><u>Seler, laktoza-twarożek.</u></p>
<p>ŚRODA</p>	<p>Płatki jaglane na mleku, pieczywo razowe z masłem, szynka wieprzowa na liściu sałaty, kółeczka ogórka zielonego, herbata z pomarańczą i miodem.</p> <p>II śn: kiwi, jabłka</p>	<p>Puree ziemniaczane, kotleciki brokułowe z czerwoną fasolą, posypane sezamem, surówka dyniowa z melonem, jabłkiem, jogurtem greckim,</p> <p>Kompot-truskawkowo-jabłkowy</p>	<p>Zupa meksykańska (kukurydza, kolorowa papryka, zielona fasolka, cieciorka) z makaronem razowym z koperkiem i natką pietruszki.</p> <p>Malinowe mini serniczki jogurtowe</p>
<p>ALERGENY</p>	<p><u>Laktoza-(mleko ), gluten-pszenica.</u></p>	<p><u>Jajka, ryba, gluten</u></p>	<p><u>Seler ,laktoza.</u></p>
<p>CZWARTEK</p>	<p>Kasza manna na mleku, bułeczka z masłem, serek waniliowo-biszkoptowy, herbata owocowa.</p> <p>II śn: jabłka, winogrona, woda</p>	<p>Makaron spaghetti, sos bolognese z mięsa wieprzowego (schab) sos pomidorowy, bazylii, czosnek, posypane wiórkami sera mozzarella, surówka z żółtej papryki, jabłka, szczypiorku z oliwą z oliwek, kalarepa gotowana na puree, Kompot wieloowocowy</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami, koperkiem i natką pietruszki.</p> <p>Racuchy z gruszką, żurawiną posypane cukrem pudrem, milkshake pomarańczowy</p>
<p>PIĄTEK</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku, pieczywo mieszane z masłem, humus z cieciorki z dodatkiem jajka, plasterki pomidora malinowego, herbata cynamonowa</p> <p>II śn: pomarańcze, jabłka, woda</p>	<p>Ziemniaki gotowane z koperkiem, pieczeń rybna nadziewana marchewką i zielonym groszkiem, surówka z rzodkwi białej, ananasa, jabłka z jogurtem, jarmuż gotowany na puree Kompot brzoskwiniowo-borówkowy</p>	<p>Krem z cukinii z kaszą kukurydzianą posypyany koperkiem.</p> <p>Kisiel śliwkowo-wiśniowy, chrupki kukurydziane.</p>