



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

Żłobek nr 39
ul. Muszłowa 17
01-357 Warszawa



DATA	ŚNIADANIE I i II	I faza obiadu DRUGIE DANIE	II faza obiadu ZUPA	PODWIECZOREK
Poniedziałek	Makaron na mleku, Pieczywo mieszane z masłem, serem żółtym i pomidorem. Herbata II śniadanie – jabłko Diety – kaszka bezmleczna, chleb b/g, masło flora, wędlina.	Kasza jaglana z natką Pulpety drobiowe w sosie curry Brokuł na jarzynkę, Surówka z kalarepy, szczypiorku i jogurtu typu greckiego. Kompot malinowy.	Kalafiorowa z ziemniakami Diety – b/selera,	Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu greckiego, biszkopty Diety- koktajl truskawkowy na bazie mleczka kokosowego, chrupki
Alergeny	Mleko, gluten	Gluten, jajka	Seler	Mleko,gluten
Wtorek	Płatki ryżowe na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, pastą z zielonego groszku, pomidorków suszonych oraz czosnku. Herbata z cytryną. II śniadanie – banan Diety – kaszka bezmleczna, chleb b/g, masło flora.	Ziemniaki puree, Talarki z morschuczka w sosie ziołowym, .Kalafior gotowany i marchew w kostce na jarzynkę. Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i kukurydzy. Kompot śliwkowy.	Zupa krem pomidorowo – paprykowy z groszkiem ptyśowym. Diety – b/selera,	Kokosanki, Kakao Diety- placuszki, kakao na napoju roślinnym
Alergeny	Mleko, gluten	Gluten, jajka, mleko, ryba	Seler, gluten,	Gluten, jajko, mleko
Środa	Kasza kukurydziana na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, twarożek truskawkowy. Rumianek do picia. II śniadanie – arbuz Diety - kaszka bezmleczna, chleb b/g, masło flora, kanapki z wędliną.	Spaghetti wieprzowe(schab) w sosie pomidorowym z makaronem. Surówka z rzodkwi białej z zielonym groszkiem i sosem jogurtowo szczypiorkowym. Kompot z czereśni. Diety – b/jogurtu	Zupa koperkowa z ziemniakami. Diety – b/selera,	Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem
Alergeny	Mleko, gluten	Gluten, mleko	Seler	
Czwartek	Stół szwedzki, pieczywo, wędlina, mix warzyw Mięta do picia. II śniadanie –gruszka Diety - kaszka bezmleczna, chleb b/g, masło flora,	Kasza gryczana, Kotleciki warzywne w sosem chrzanowym. Buraczki na jarzynkę. Surówka ze świeżych ogórków z dodatkiem szczypiorku i oleju Kompot z borówek.	Zupa wielowarzywna (groszek, brokuł, żółta fasolka, marchew mini) z ziemniakami i koperkiem. Diety – b/selera	Kisiel z owoców mieszanych, wafle ryżowe
Alergeny	Mleko, gluten	Gluten, jajko	Seler	
Piątek	Zupa mleczna z płatkami gryczanymi. Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem i plasterkami jajka i kiszzonego ogórka. Herbata owocowa. II śniadanie –jabłka,mandarynka Diety - kaszka bezmleczna, chleb b/g, masło flora, kanapka z dżemem.	Ziemniaki puree , kotlet drobiowy mielony w sosie majerankowym. Szpinak z tartym jajkiem Surówka z marchewki z brzoskwinia. Kompot porzeczkowy.	Zupa z zielonej fasolki z kaszą jęczmienną Diety – b/selera,	Granola z suszonymi owocami i płatkami kukurydzianymi Diety- mus owocowy z płatkami kukurydzianymi
	Gluten, jajko, mleko	Gluten, jajko,	Seler, gluten	Mleko, gluten

DATA	ŚNIADANIE I i II	I faza obiadu DRUGIE DANIE	II faza obiadu ZUPA	PODWIECZOREK
Poniedziałek	Kasza manna na mleku. Kanapki z bułki z masłem , serem mozzarella, ogórek świeży Woda. Diety- kaszki b/m, masło flora light -szynka II-melon, mandarynka. Woda.	Ryż jaśminowy Kotlet pożarski w sosie chrzanowym, Kalafior z kukurydzą na jarzynkę. Surówka śródziemnomorska z sałaty lodowej, rukoli, pomidora, oliwą z oliwek Kompot owocowy.	Kartoflanka z pomidorami, majerankiem	Jabłecznik na kruchym spodzie
Alergeny	mleko (w tym laktoza) gluten,	jajko, gluten	seler,	jajko , mleko (w tym laktoza),gluten, kakao
Wtorek	Płatki owsiane na mleku. Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą z ciecioriki ogórkiem kiszonym Herbatka z cytryną. Diety-kaszki b/m, masło flora light II –banan.Woda.	Ziemniaki z koperkiem, Roladki schabowe w sosie jarzynowym Brukselka na jarzynkę Surówka z sałaty rzymskiej rzodkiewki ze szczypiorkiem i jogurtem Kompot z malinowy Diety- b/mleka, jajka	Zupa krem z białych warzyw.	Truskawkowy sernik na zimno Diety- galaretka
Alergeny	mleko (w tym laktoza) gluten	jajko, mleko, gluten	Seler , mleko	mleko
Środa	Płatki żytnie na mleku Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, Jajecznica z pomidorem Diety- kakao na napoju roślinnym, masło flora light II –jabłko. Woda.	Kasza orkiszowa Filet z dorsza pieczony Bukiet warzyw na jarzynkę surówka z ogórka kiszzonego, cebulki z olejem rzepakowym Kompot wieloowocowy	Rosół z makaronem nitki	Twarożek morelowy na waflu orkiszowym Diety- wafle z musem morelowym
Alergeny	mleko (w tym laktoza), gluten, jajko	jajko ,gluten ,ryba	seler,	gluten , jajko
Czwartek	Biała kawa na mleku Stół szwedzki, wędlina , jajko, mix warzyw) Diety- kakao na napoju roślinnym, masło flora light II –winogrona, gruszka. Woda	Spaghetti z mięsem wieprzowym, warzywami i bazylią Surówka z pora i kukurydzy z dodatkiem chrzanu.	Jarzynowa z ziemniakami	Biszkopt z cukrem pudrem, maślanka czereśniowa
Alergeny	mleko, (w tym laktoza) gluten, jajko	gluten, jajko	seler ,	Mleko, jajko
Piątek	Drobny makaron na mleku Kanapki z pieczywa mieszanego z twarożek owocowy Mięta do picia. Diety-Kaszka b/m, masło flora light, wędlina . II- arbuz, mango, Woda	Kasza gryczana, Kotlet jajeczny w sosie musztardowym Marchew junior Sałatka z selera z rodzynkami Kompot śliwkowy	Krupnik z warzywami	Kisiel owocowy, biszkopty
Alergeny	mleko, (w tym laktoza) gluten ,	Gluten, jajko	seler , gluten	Mleko, gluten

Informacje o składnikach alergicznych użytych do przygotowania posiłków zgodnie z jadłospisem opracowano zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (...)

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE