



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

Żłobek nr 43
ul. Tokarza 4
03-379



Poniedziałek 27.03.2023

Śniadanie : Kawa zbożowa na mleku, pieczywo mieszane z masłem, serem żółtym, ogórek kiszony.
(alergeny: laktoza, gluten)

II śniadanie : Jabłko, melon, woda z cytryną.

Obiad : Puree ziemniaczane z oliwą, koperkiem, wołowina z kolorowymi warzywami, jarzynka ze szpinaku, surówka z marchewki, jabłka.
Kompot truskawkowy..

Podwieczorek : Zupa – rosół z lanymi kluseczkami, zieloną natką
Mus z kaszy manny z jabłkiem, biszkopty. (alergeny: gluten, jaja, laktoza).

Wtorek 28.03.2023

Śniadanie : Zacierki jaglano- pszenne na mleku, mix pieczywo z pastą wielowarzynną, prażonymi pestkami dyni, rzodkiewka.
(alergeny: jaja, laktoza, gluten)

II śniadanie : Gruszka, woda.

Obiad : Ryż na sypko, pulpety z ryby w sosie curry, jarzynka z fasolki szparagowej, surówka selera, żurawiny, jabłka, marchewki i jogurtu.
Kompot z czereśni.

Podwieczorek : Zupa minestrone z groszkiem zielonym, cukinią, ziemniakami, zieloną natką.
Koktajl jogurtowo-owocowy, herbatniki, owoce. (alergeny: jaj, laktoza, seler, gluten)

Środa 29.03.2023

Śniadanie : Płatki owsiane na mleku, bułeczka z masłem, serkiem biały ze szczypiorkiem, pomidor.
(alergeny: laktoza, gluten)

II śniadanie : Mandarynki, woda.

Obiad : Ziemniaki z koperkiem, pieczeń rzymska z kolorową papryką, jarzynka z dyni, surówka z sałaty lodowej, masowej i śmietany.
Kompot owocowy.

Podwieczorek : Zupa – krem z zielonych warzyw z groszkiem ptysiovym, zieloną natką.
Biszkopt z jabłkiem, mleko modyfikowane, owoce. (alergeny: jaja, laktoza, seler, gluten)

Czwartek 30.03.2023

Śniadanie : Kasza kukurydziana na mleku, trójkąciki pieczywa z masłem, wędliną, serem żółtym, ogórek zielony, rukola, rzodkiewka, pomidor. /Stół szwedzki/ (alergeny: jaja, laktoza, gluten)

II śniadanie : Mix owoców, woda.

Obiad : Makaron medaliony z indyka w sosie musztardowo- koperkowym, jarzynka z brokuł, surówka z buraków, jabłka, cebuli, oliwy z oliwek.

Kompot śliwkowy.

Podwieczorek : Zupa włoska/kapusta włoska/ z ziemniakami, zieloną natką.

Kisiel owocowy, wafle, owoce. (alergeny: gluten, laktoza, seler)

Piątek 31.03. 2023

Śniadanie : Płatki ryżowe na mleku, kanapka z pastą z soczewicy, ziół, sałata. (alergeny: laktoza, gluten)

II śniadanie : Banan, woda z cytryną.

Obiad : Kulki ziemniaczane z koperkiem, oliwą, kotleciki jajeczne, jarzynka z brukselki, surówka z pomidora, cebulki, oliwy.

Kompot wiśniowy.

Podwieczorek : Zupa dyniowo-marchewkowa z mleczkiem kokosowym, makaronem, zieloną natką

Puch serowo-owocowy, herbatka owocowa, herbatniki, owoce. (alergeny: gluten, jaja, laktoza).

Jadłospis może ulec zmianie

Dzieci na diecie bezmlecznej, otrzymują zamienniki bez dodatku mleka i przetworów mlecznych.

W pozostałych dietach stosuje się eliminację produktów wywołujących alergię.

Informacja o składnikach alergennych użytych do przygotowania posiłków zgodnie z jadłospisem opracowano zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 w sprawie przekazania konsumentom informacji na temat żywności.