



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

Żłobek nr 47
ul. Chodecka 2
03-332



DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD II DANIE	ZUPA	DESER
Poniedziałek	Kakao gotowane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wędliną w plastrach + pomidor i szczypiorek. <u>Dieta: bez mleczna - kaszka bez mleczna, flora, wędlina.</u>	Jabłko, gruszki, woda do picia.	Makaron gotowany, klopsy z mięsa drobiowego w sosie jarzynowym, brokuł gotowany – polewany masłem, surówka z marchewki, jabłka z rodzynkami i oliwką z pestek winogron, kompot owocowy.	Krupnik na jarzynach z natką pietruszki i ziemniakami.	Koktajl na bazie maślanki z owocami, herbatniki „bio”. <u>Dieta: bez mleczna – mus owocowy.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), mleko (łącznie z laktozą)		Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), jaja.	Seler.	Mleko (łącznie z laktozą)
Wtorek	Płatki jaglane gotowane na mleku, pieczywo mieszane, pasta z jajka gotowanego + plasterki rzodkiewki i szczypiorek. <u>Dieta bez mleczna – herbata, dieta bez jajka – wędlina.</u>	Banany, jabłka, woda do picia.	Ziemniaki gotowane na sypko, kotlety z ryby + sos koperkowy, marchewka gotowana - zasmażana, surówka z kiszonej kapusty, jabłka z oliwką, napój daktylowy. <u>Dieta: bez mleczna – oliwa, dieta: bez ryby – mięso.</u>	Pomidorowa na jarzynach z ryżem i natką pietruszki. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych</u>	Mus jabłkowo- brzoskwinowy, herbatnik „zoo”. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), mleko (łącznie z laktozą), jaja.		Jajka, gluten (jęczmień, pszenica, żyto), ryba.	Seler.	
Środa	Kasza kukurydziana gotowana na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta typu „humus” + ogórek kiszony w plasterkach. <u>Dieta: bez mleczna - kaszka bez mleczna, flora, wędlina.</u>	Gruszki, jabłko, woda do picia.	Kluski kładzione z mąki pełnoziarnistej - polewane masłem, gulasz z mięsa drobiowego z warzywami, kalafior gotowany – polewany masłem, sałatka z buraczków, jabłka z oliwką, napój miętowy z cytryną.	Koperkowa na jarzynach z ziemniakami. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – bez jogurtu</u>	„ciepłe” lody z musem truskawkowym, wafle. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – mus owocowy.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), mleko (łącznie z laktozą).		Gluten (pszenica), jaja.	Seler, mleko (łącznie z laktozą)	Mleko (łącznie z laktozą).
Czwartek	Płatki jęczmienne gotowane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, twarożek „Shreka” (z brokułami gotowanymi). <u>Dieta: bez mleczna - kaszka bez mleczna, flora, wędlina.</u>	Jabłko, banany, woda do picia.	Kasza kuskus gotowana na sypko, roladki z mięsa drobiowego w sosie lekko musztardowym, fasolka szparagowa (żółta) gotowana – polewana masłem, surówka z czerwonej kapusty, jabłka z oliwką z pestek winogron i żurawiną, kompot owocowy.	„krem” z dyni na jarzynach z ziemniakami.	Budyń waniliowy na bazie mleka, mus owocowy, chrupki kukurydziane. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – napój migdałowy.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), mleko (łącznie z laktozą).		Gluten (pszenica).	seler.	Mleko (łącznie z laktozą).
Piątek	Kasza manna gotowana na mleku, pieczywo mieszane z masłem i wiórkami z sera żółtego + plasterki ogórka świeżego i szczypiorek. <u>Dieta: bez mleczna - kaszka bez mleczna ..</u>	Jabłko, gruszki, woda do picia.	Ziemniaki gotowane puree, kotlety z dorsza – pieczone + sos koperkowo-cytrynowy, kapusta biała gotowana, surówka z pomidora z oliwką i cebulką, herbatka rumiankowa.	Ryżanka na jarzynach z natką pietruszki.	Deser na bazie jogurtu z musem owocowym, wafle orkiszowe. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – wafle, mus owocowy, napój roślinny.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), mleko łącznie z laktozą).		Jaja, gluten (pszenica).	Seler.	Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), jaja.

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD II DANIE	ZUPA	DESER
Poniedziałek	Płatki kukurydziane (pełnoziarniste) na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta z gotowanej cieciorki + ogórek kiszony. <u>Dieta: bez mleczna - kaszka bez mleczna, flora, wędlina.</u>	Jabłko, melon, woda do picia.	Ryż jaśminowy gotowany na sypko, klopsy z mięsa drobiowego w sosie jarzynowym, groszek puree, surówka z dyni, marchewki, jabłka z oliwką z pestek winogron, herbatka rumiankowa.	Jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki.	Koktajl na bazie kefiru z owocami, biszkopty. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – koktajl na bazie napoju sojowego.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, żyto), mleko łącznie z laktozą).		Jaja, mleko łącznie z laktozą.	Seler.	Mleko (łącznie z laktozą), gluten (jęczmień, pszenica).
Wtorek	Kawa zbożowa na mleku, pieczywo mieszane z masłem, twarożek z pomidorami i szczypiorkiem. <u>Dieta: bez mleczna - kaszka bez mleczna, flora, wędlina.</u>	Jabłko, banany, woda do picia.	Ziemniaki gotowane na sypko, pulpety z dorsza w sosie koperkowym, marchewka „mini” gotowana – polewana masłem, surówka z ogórka świeżego z sosem jogurtowym, kompot owocowy <u>dieta: bez mleczna– oliwa.</u>	„złote piaski” na jarzynach z koperkiem.	Naleśniki z musem owocowym, mleko waniliowe. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – mus owocowy, wafle.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, żyto), mleko łącznie z laktozą.		Mleko (łącznie z laktozą), seler, jajka, gluten, ryba	Seler, gluten (pszenica), mleko łącznie z laktozą	Mleko łącznie z laktozą.
Środa	Płatki orkiszowe gotowane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, plastry jajka gotowanego + paski czerwonej papryki i szczypiorek. <u>Dieta: bez mleczna - kaszka bez mleczna, flora, miód.</u>	Banany, jabłko, woda do picia.	Ziemniaki gotowane purée , pulpeciki z mięsa mieszanego w sosie porowym, buraczki gotowane - zasmażane, surówka z białej kapusty, jabłka z oliwką, napój z miodu i cytryny. <u>dieta: bez mleczna– oliwa</u>	Pomidorowa na jarzynach z makaronem i natką pietruszki. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – bez zabielenia</u>	Krem z kaszy manny na bazie mleka z musem ananasowym. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – kaszka b.ml z musem ananasowym.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), mleko łącznie z laktozą.		Gluten (pszenica), jaja, mleko łącznie z laktozą.	Seler, mleko łącznie z laktozą, jaja.	Mleko łącznie z laktozą,
Czwartek	Kluski lane gotowany na mleku, pieczywo mieszane z masłem, plastry sera żółtego + ogórek świeży i szczypiorek. <u>Dieta: bez mleczna – napój sojowy flora, wędlina.</u>	Jabłko, banany, woda do picia.	Kasza kuskus gotowana na sypko, bitka z mięsa drobiowego w sosie morelowym, bukiet z mieszanych warzyw (piec parowy) – polewany masłem, surówka z białej rzodkwi, jabłka z sosem jogurtowo-koperkowym, kompot owocowy. <u>Dieta: bez mleczna– oliwa.</u>	Kapuśniaczek na jarzynach z ziemniakami i koperkiem.	Krem z twarogu z sosem owocowym, herbatniki „zoo”. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych - kaszka bez mleczna z owocami.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, pszenica) mleko łącznie z laktozą, jajka.		Gluten (pszenica).	Seler.	Mleko (w tym laktoza), gluten (pszenica).
Piątek	Kasza kukurydziana gotowana na mleku, pieczywo mieszane z masłem i wędliną w plastrach + pomidor i szczypiorek. <u>Dieta: bez mleczna - kaszka bez mleczna, flora, wędlina.</u>	Jabłko, gruszki, woda do picia.	Makaron gotowany z warzywami (włoszczyzna, groszek, kukurydza, brokuły) z sosem pomidorowo-serowym, surówka „wiosenna” (sałata, rzodkiewki, ogórki) z sosem śmietanowo- koperkowym, herbatka owocowa. <u>Dieta: bez mleczna.</u>	„krem” z ziemniaków na jarzynach z natką pietruszki	Pudding czekoladowy na bazie mleka, banany. <u>Dieta: bez przetworów mlecznych – bułka z dżemem, napój sojowy.</u>
Alergeny	Gluten (jęczmień, pszenica, żyto), mleko łącznie z laktozą, jaja.		Jaja gluten (pszenica), ryba.	Seler.	Mleko (w tym laktoza), gluten (pszenica), jajka.