



jednostka budżetowa  
miasta stołecznego  
Warszawy

# PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

Żłobek nr 63  
ul. Obrońców Tobruku 9  
01-494 Warszawa



Data	Śniadanie	Obiad	Zupa	Podwieczorek
Poniedziałek	Kakao na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wędliną i papryką czerwoną <u>Dieta:</u> kakao na bazie napoju jaglanego, margaryna Flora II śniadanie – Banany, jabłko	Kotlety rybne (morszczuk) , sos pomidorowy, ziemniaki, kalafior gotowany, tarta marchewka z jabłkiem i jogurtem. <u>Dieta:</u> bez jogurtu. Kompot wieloowocowy	Krupnik jęczmienny.	Ryż zapiekany z jabłkiem i rodzynkami, mleko do picia <u>Diety:</u> napój jaglany.
Alergeny	Mleko i przetwory mleczne, gluten	Ryba, jaja, gluten, seler	Mleko i przetwory mleczne	Mleko i przetwory mleczne
Wtorek	Płatki kukurydziane na mleku, pieczywo mieszane z masłem i serem żółtym, plasterek ogórka, herbata owocowa. <u>Dieta:</u> kaszka bezmleczna, margaryna Flora. II śniadanie – mandarynka, jabłko	Klopsiki z indyka w sosie musztardowym, ziemniaki z koperkiem, leczu warzywne (cukinia, papryka kolorowa, pomidory) z oliwą, sałata masłowa z ogórkiem i jogurtem. <u>Dieta:</u> bez jogurtu. Kompot owocowy.	Zupa pomidorowa z makaronem.	Serek twarogowy z borówkami, biszkopty <u>Diety:</u> Przecier owocowy Bobovita, wafelki ryżowe
Alergeny	Mleko i przetwory mleczne, gluten	Mleko i przetwory mleczne, seler, gluten, jaja	Seler	Mleko i przetwory mleczne, gluten
Środa	Makaron na mleku, bułka z masłem, pasta z mozzarelli i ciociorki, plasterek pomidora, woda z cytryną i miodem. <u>Dieta:</u> kaszka ryżowa, margaryna Flora, szyneczka drobiowa. II śniadanie – jabłko, mandarynki	Zraziki ze schabu w sosie ziołowym, kasza jęczmienna, brokuły gotowane z oliwą, mizeria z koperkiem i jogurtem naturalnym. <u>Dieta:</u> bez jogurtu. Kompot z borówek.	Barszcz biały (na kefirze) z ziemniakami i tartym jajkiem. <u>Dieta :</u> bez kefiru.	Jogurt naturalny z truskawkami, herbatniki bio <u>Diety:</u> Mus truskawkowy z mleczkiem kokosowym, herbatniki bio
Alergeny	Mleko i przetwory mleczne, gluten, jaja	Mleko i przetwory mleczne, gluten, jaja, seler	Seler, jaja, mleko i przetwory mleczne	Mleko i przetwory mleczne, gluten
Czwartek	Płatki jęczmienne na mleku, pieczywo mieszane z masłem, jajkiem i ogórkiem kiszonym, mięta. <u>Dieta:</u> kaszka ryżowa, margaryna Flora, szyneczka drobiowa. II śniadanie – melon, jabłko.	Kotlety rybne (dorsz), ziemniaki pieczone, gotowane marchewki mini , surówka z białej kapusty z marchewką i jogurtem. <u>Dieta:</u> bez jogurtu. Kompot wiśniowy	Zupa ryżanka z natką.	Ciasto bananowe, mleko. <u>Diety:</u> Placuszek bez mleka i jaj, napój roślinny.
Alergeny	Mleko i przetwory mleczne, gluten, jaja	Ryba, mleko i przetwory mleczne, gluten, jaja	Seler	Mleko i przetwory mleczne, gluten, jaja
Piątek	Kaszka kukurydziana na mleku, pieczywo mieszane z masłem, twarożek waniliowy, herbata. <u>Dieta:</u> kaszka zbożowa, margaryna Flora, szynka drobiowa. II śniadanie – banany, gruszki	Makaron gotowany, gulasz drobiowo wieprzowy z jarzynami, szpinak gotowany, surówka z marchwi z jabłkiem, suszoną żurawiną i jogurtem naturalnym. <u>Dieta:</u> bez jogurtu. Kompot truskawkowy.	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana śmietaną. <u>Dieta:</u> bez śmietany	Kefir z malinami, chrupki kukurydziane. <u>Dieta:</u> Kisiel z malinami, chrupki kukurydziane.
Alergeny	Mleko i przetwory mleczne, gluten	Mleko i przetwory mleczne, seler, jaja, gluten, ryba	Seler, gluten	

*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 października 2011r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (...).*