



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

Żłobek nr 73
ul. Dzieci Warszawy 22a
02-495 Warszawa



Data	Śniadanie i II śniadanie	Obiad	Zupa i podwieczerek
Poniedziałek	Kasza mieszana na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wiórki sera żółtego, pomidor, sałata masłowa, herbata owocowa Jabłka, banany, woda Dieta: kasza na mleku roślinnym, wędlina drobiowa, masło roślinne	Kremowy sos pomidorowo-szpinakowy z kurczakiem, makaron pełnoziarnisty, brokuł gotowany, surówka „coleslaw” jogurt naturalny, kompot owocowy Dieta: surówka bez jogurtu	Zupa Solferino z ziemniakami zabieleną mlekiem Jogurt naturalny z owocami, chrupki kukurydziane Dieta: zupa bez zabielenia, mus owocowy
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	GLUTEN, MLEKO I PRZETWORY	MLEKO I PRZETWORY, SELER
Wtorek	Ryż biały na mleku, pieczywo mieszane z masłem, twaróg truskawkowy, herbata Jabłka, mandarynki, woda Dieta: ryż na mleku roślinnym, mus truskawkowy	Schab duszony z warzywami, ziemniaki z zielenią, marchewka z groszkiem, mizeria z koprem i szczypiorkiem, jogurt, kompot owocowy Dieta: kotlet warzywny, mizeria z olejem	Zupa kalafiorowa z makaronem zabieleną mlekiem Mini pizza wegetariańska, sos pomidorowy Dieta: placki owsiane
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	GLUTEN, MLEKO I PRZETWORY	MLEKO I PRZETWORY, SELER, GLUTEN, JAJA
Środa	Płatki mieszane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wędlina wieprzowa, ogórek kiszony, sałata roszponka, rumianek do picia. Jabłka, pomarańcze, woda Dieta: płatki na mleku roślinnym, masło roślinne	Ryba duszona z rodzynkami i czerwoną cebulą, ziemniaki z zielenią, kalafior gotowany, surówka ze świeżego brokuła, kolorowa papryka, jogurt naturalny, napój jabłko mięta Dieta: kotlet warzywny, surówka z olejem	Zupa wielowarzywna z groszkiem ptysiowym Placki serowe z musem truskawkowym, mleko Dieta: makaron z musem truskawkowym, napój roślinny
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN, RYBA	SELER, MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN, JAJA
Czwartek	Kakao na mleku, pieczywo mieszane z masłem, jajecznicza na parze, dymka, rzodkiewka, sałata masłowa Jabłka, gruszki, woda Dieta: kakao na mleku roślinnym, masło roślinne, wędlina	Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami, kasza owsiana z zielenią, surówka z kapusty pekińskiej, zielenina, fasolka czerwona, pomidor, winegret malinowy, kompot owocowy Dieta:	Zupa chrzanowa z ziemniakami zabieleną kefirem Mus jabłko-marchewka, biszkopty, bawarka Dieta: zupa bez zbielenia, napój roślinny
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN, JAJA	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	MLEKO I PRZETWORY, SELER, GLUTEN
Piątek	Makaron literki na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta fasolowa z ogórkiem kiszonym, sałata lodowa, papryka czerwona, mięta. Jabłka, arbuz, woda Dieta: makaron na mleku roślinnym, masło roślinne	Risotto z dorszem i szpinakiem, marchewka mini, surówka z kapusty włoskiej, marchew, pomidor, jabłko, winegret musztardowy, kompot owocowy Dieta:	Zupa pomidorowa z kaszą bulgur, fasolka i ziemniakami, zabieleną mlekiem Smoothie bananowe na maślanie z jarmużem Dieta: zupa bez zabielenia, koktajl na mleku roślinnym
	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN, RYBA	GLUTEN, MLEKO I PRZETWORY, SELER

DZIECI OTRZYMUJĄ WODĘ NA ŻĄDANIE

Data	Śniadanie i II śniadanie	Obiad	Zupa i podwieczorek
Poniedziałek	Kasza kuskus na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wędlina drobiowa, ogórek świeży, sałata masłowa, mięta do picia Jabłka, banany, woda Dieta: kasza na mleku roślinnym, masło roślinne	Curry pomidorowe z dorszem i ciecierzycą, makaron mini, brokuł gotowany, surówka z kapusty kiszonej, marchewka, jabłka, zielenina, olej, kompot owocowy Dieta:	Zupa fasolowa z maślanką i ziemniakami Mus bananowo- czekoladowy z amarantusem Dieta:
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	GLUTEN, RYBA	MLEKO I PRZETWORY, SELER
Wtorek	Zacierki pszenno-owsiane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta z sera mozzarella i jajka, pomidor malinowy, sałata rukola, herbata. Jabłka, pomarańcze, woda Dieta: zacierki mleku roślinnym, masło roślinne, wędlina	Potrąka drobiowa, komosa ryżowa z zielenina, buraczki na ciepło, surówka z kapusty białej, marchewka, jabłko, jogurt, kompot owocowy Dieta:	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną mlekiem Sernik z jogurtu naturalnego z truskawkami Dieta: zupa bez zabielenia , galaretki truskawkowa
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN, JAJA	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	SELER, MLEKO I PRZETWORY
Środa	Ryż biały na mleku, pieczywo mieszane z masłem, hummus z pieczoną papryką, ogórek kiszony, sałata masłowa , herbata Jabłka, gruszki, woda Dieta: ryż na mleku roślinnym , masło roślinne	Kotlety z piersi kurczaka, ziemniaki z zielenina, kapusta czerwona duszona z rodzynkami, surówka z kapusty pekińskiej, ogórek świeży, koper, jogurt czosnkowy, kompot owocowy Dieta: surówka z olejem	Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną mlekiem Praliny kokosowe, mleko Dieta : praliny daktylowe
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	GLUTEN, MLEKO I PRZETWORY, JAJA	MLEKO I PRZETWORY, SELER, JAJA, GLUTEN
Czwartek	Kawa na mleku, pieczywo mieszane z masłem, twaróg malinowy Jabłka, mandarynki, woda Dieta: kawa mleku roślinnym, mus malinowy	Ryż smażony z warzywami i jajkiem, surówka z marchewki, jabłka, brzoskwinia, rodzynki, jogurt, kompot owocowy Dieta: surówka z olejem	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną mlekiem Ciasto marchewkowe, mleko Dieta: zupa bez zabielenia , mus owocowy
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN	GLUTEN, MLEKO I PRZETWORY, RYBA	MLEKO I PRZETWORY, SELER
Piątek	Płatki kukurydziane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna, szczypiorek, pomidor, sałata masłowa Melon , jabłka Dieta: płatki na mleku roślinnym, pasta warzywna	Klopsy z mięsa mieszanego w sosie musztardowym, ziemniaki z zieleniną, marchewka z groszkiem, mizeria, koper, dymka, jogurt naturalny, kompot owocowy Dieta: mizeria z olejem	Zupa krupnik jaglany z zieleniną Koktajl na bazie kefiru z owocami, biszkopty Dieta: koktajl na mleku roślinnym, chrupki kukurydziane
ALERGENY	MLEKO I PRZETWORY, GLUTEN, JAJA	MLEKO I PRZETWORY, JAJA, GLUTEN	MLEKO I PRZETWORY, SELER

DZIECI OTRZYMUJĄ WODĘ NA ŻĄDANIE