



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

Przykładowy jadłospis

Żłobek nr 80
ul. Szczepanika 6
03-562 Warszawa



DATA	ŚNIADANIE	OBIAD/DESER	ZUPA	PODWIECZOREK
Poniedziałek 1.09.2025	Śniadanie: Kawa na mleku ⁵ Pieczywo (bułka) z masłem ⁵ , twarożek ⁵ truskawkowy, melon plastry Dieta: mleko owsiane, flora, tofu/dzem	Pulpety z kurczaka w sosie koperkowym Kasza jęczmienna Jarzynka: marchew mini Surówka: kapusta pekińska, rzodkiew, kukurydzą na oleju Kompot: porzeczka Deser: arbuz	Zupa barszcz czerwony (marchew, pietruszka, por, seler ⁷ , buraki, koper) z ziemniakami zabieleną śmietaną ⁵ Dieta: b/pm- bez zabielenia	Jogurtowy ⁵ pudding z nasionami szałwi hiszpańskiej, mlekiem kokosowym i kawałkami brzoskwini Dieta: pudding na mleku kokosowym
Wtorek 2.09.2025	Śniadanie Płatki ryżowe na mleku ⁵ Pieczywo , (chleb razowy, bułka) z masłem ⁵ , sałatka z mozzarelli ⁵ pomidorów i avocado Dieta: kaszka b/ml, flora, tofu	Paluszki z dorsza/morszczuka ³ Ziemniaki gotowane Jarzynka: cukinia w pomidorach Surówka: Herbata owocowa Deser mandarynka	Zupa jarzynowa (marchew, brokuł, pietruszka, por, koperek, seler ⁷) z kaszą pęczak	Tarta jabłkowa na kruchym cieście z cynamonem i i prażonymi migdałami ^{1,5} Kakao do picia na mleku ⁵ Dieta: b/mk-mleko roślinne, ciasto bez jajek i p/m, b/orzech- bez migdałów
Środa 3.09.2025	Śniadanie Płatki owsiane na mleku ⁵ . Pieczywo pszenno-żytnie ¹ (chleb biały bułka) , jajecznicza ² , ogórek małosolny/pomidor Herbata z cytryna Dieta: kaszka b/ml, flora, pasta z avocado	Kotlety mielone (szynka, schab, jaja, bułka tarta) Ziemniaki puree Jarzynka buraczki Surówka: mizeria na jogurcie ⁵ Kompot: śliwka/jabłko Deser: melon	Zupa pomidorowa (marchew, pomidory, por , pietruszka, seler ⁷) z ryżem i zieleńką	Rafaello “własnej produkcji”-(ser twarogowy ⁵ , miód migdały, wafle ryżowe) Herbata z pomarańczą Dieta: praliny bez sera
Czwartek 4.09.2025	Śniadanie: Płatki jaglane na mleku ⁵ . Pieczywo ¹ (chleb orkiszowy) masłem ⁵ , wędlina z kurczaka, żółta papryka, rzodkiewka Herbata owocowa Dieta: kaszka b/ml., flora	Pulpety z indyka Ryż pełnoziarnisty Jarzynka : fasolka szparagowa, kalafior w curry i mleku kokosowym Surówka: pomidory z avocado i rukolą w dressingu ziołowym Kompot: borówka Deser arbuz	Zupa ogórkowa (kiszzone ogórki marchew, por , pietruszka, seler ⁷) z ziemniakami zabieleną śmietaną ⁵ Dieta: bez zabielenia	Fit ciasteczka owsiano-bananowe z żurawiną Herbata rumiankowa z pomarańczą do picia
Piątek 5.09.2025	Śniadanie: Płatki kukurydziane na mleku ⁵ . Pieczywo ¹ (chleb biały,) masłem ⁵ , hummus z cieciorki i pieczonej marchewki , rzodkiewka Herbata z pomarańczą Dieta: kaszka b/ml, flora,	Ryba (dorsz ³) po grecku (marchew, pietruszka, por, seler ⁷ cebula, pomidory) Surówka kiszona kapusta z papryką i natką na oleju Kompot: owoce leśne (jeżyna, wiśnia, truskawka, malina) Deser: banan	Zupa rosół z pieczonych warzyw(marchew, por , pietruszka, seler ⁷ , natka) z makaronem b/j	Sernik jogurtowy ^{2,5} na mini biszkoptach ^{1,2} Herbata owocowa do picia Dieta: b/pm/j/mk-tofurnik

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

Diety eliminacyjne w żłobku realizowane są zgodnie z zaleceniami lekarza. Zamienniki surowcowe w jadłospisie są ustalone indywidualnie z Intendentem.

Legenda alergenów: 1. Zboża zawierające gluten 2. Jaja 3. Ryby 4. Soja 5. Mleko i produkty pochodne 6. Orzechy 7. Seler 8. Dwutlenek siarki i siarczyny
9. Nasiona sezamu