



WTOREK	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna(170-180ml) – Ryż na mleku (laktoza, białko), pieczywo pszenne(gluten) masło (białko) szynka drobiowa
II Śniadanie	Jabłko (70-80g) - woda niegazowana
Obiad	Zupa jarzynowa(march. pietruszka, seler , kalafior) zielona pietruszka, + mięso z indyka, (180-190ml), kompot
Podwieczorek	Mieszanka indywidualna (190- 200ml), – Koktajl z malinami (kefir, jogurt nat.) (laktoza, białko) biszkopt, (gluten)
ŚRODA	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna (170-180ml) – Płatki owsiane na mleku (laktoza, białko, gluten) pieczywo pszenne (gluten) masło,
II Śniadanie	Banan lub inny owoc sezonowy (70- 80g) + woda niegazowana
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem (march. pietruszka, seler , por) zielona pietruszka, + mięsk z indyka (190 - 200ml), kompot
Podwieczorek	Mieszanka indywidualna(170-180ml) _ – Budyń (laktoza, białko, gluten) z truskawkami, (wyrób własny)
CZWARTEK	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna (170-180ml) - Kasza kukurydziana na mleku (laktoza, białko, gluten), pieczywo, pszenne (gluten), masło (laktoza), pasta z awokado i jajka
II Śniadanie	Owoc sezonowy (70-80g) + woda niegazowana
Obiad	Zupa kminkowa (marchewka, pietruszka, seler) grzanki (gluten) zielona pietr. potrawka mięsno-jarzynowym, (190 - 200ml), kompot.
Podwieczorek	Mieszanka indywidualna – deserek z kaszy jaglanej (laktoza, białko) z bananem lub innym owocem sezonowym (wyrób własny)
PIĄTEK	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna (170-180ml) –Płatki jęczmienne na mleku (laktoza, białko, gluten) piecz. pszenne, (gluten), masło, krem z serka białego ziołowy (laktoza, białko)
II Śniadanie	Banan lub inny owoc sezonowy (60-70g) + woda niegazowana
Obiad	Zupa kalafiorowa (march. pietruszka, seler , por) zielona pietruszka, mięso gotowane, ziemniak, marchewka - mix, (190 -200ml), kompot.
Podwieczorek	Mix wieloowocowy z jogurtem naturalnym,(laktoza, białko), Biszkopt (gluten) woda niegazowana wg potrzeby
<p>W jadłospisie wyróżniono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zgodnie załącznikiem nr 2 do Rozp. Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011r. Szczegółowy opis wartości kalorycznych i wartości odżywczych wydawanych posiłków znajduje się do wglądu u intendenta</p> <p>W ciągu całego dnia dziecko otrzymuje na żądanie wodę niegaz. z atestem bez ograniczeń w/p</p> <p>PS. DIETA BEZMLECZNA – MIESZANKI INDYWIDUALNE</p>	

Opracowała: Dypl. Dietetyczka Bożena Nawój

Dyrektor Żłobka: mgr Joanna Grzegorzczuk

PONIEDZIAŁEK	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna (170-180ml) - Płatki kukurydziane/kasza kukurydziana na mleku (laktoza, białko mleka, gluten), pieczywo pszenne z masłem, (gluten)
II Śniadanie	Jabłko tarte lub inny owoc sezonowy (70-80g) + sok owocowy (60 ml) + woda niegazowana w/p
Obiad	Zupa jarzynowa (march. pietruszka, por, groszek ziel. seler) ziemniaki, mięso gotowane drobiowe (indyk) zielona pietruszka, (190 -200ml), kompot.
Podwieczorek	Mieszanka indywidualna (170-180ml) -- bułka pszenna (gluten) z masłem (białko mleka, laktoza),szynka drobiowa, owoc, herbata owocowa
WTOREK	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna (170-180ml) – Kasza manna (gluten) na mleku (laktoza, białko mleka), pieczywo mieszane pszenne, (gluten) z masłem, „polędwica drobiowa,
II Śniadanie	Banan lub inny owoc sezonowy (60-70g) + sok owocowy bob fruit /(60 ml)
Obiad	Zupa z zielonego groszku(krem) (march. pietruszka, por, seler) ryż, zielona pietruszka, mięso gotowane, (190- 200ml), kompot.
Podwieczorek	Kisiel na soku owocowym, krem z sera białego(laktoza, białko mleka) banan, chrupki kukurydziane (wyrób własny)
ŚRODA	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna (170-180ml) Kasza jaglana na mleku z żurawiną (laktoza, białko mleka), pieczywo pszenne, (gluten) z masłem, (laktoza, białko mleka) ser żółty,
II Śniadanie	Jabłko tarte lub inny owoc sezonowy (70-80g) + woda niegazowana
Obiad	Zupa ziemniaczana (march. pietruszka, por, seler) ziemniaki, zielona pietruszka, potrawka drobiowa z jarzynami, (190- 200ml), kompot.
Podwieczorek	Deserek z sera białego (krem) z owocami i biszkoptami
CZWARTEK	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna – (170-180ml) Płatki jęczmienne (gluten, jajka) na mleku (laktoza, białko mleka) pieczywo pszenne, (gluten), masło, pasta z sera białego (laktoza, białko mleka),
II Śniadanie	Bana + Jabłko lub inny owoc sezonowy (70-80g) + woda niegazowana
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem (march. pietruszka, por, seler) zielona pietruszka, mięso drobiowe, marchewka, (mix) (190 200ml), kompot.
Podwieczorek	Jogurt naturalny z owocami (laktoza, białko mleka), weka z masłem (gluten) woda niegaz.
PIĄTEK	
I Śniadanie	Mieszanka indywidualna (170-180ml) - Płatki owsiane (gluten) na mleku (laktoza, białko mleka), pieczywo pszenne, (gluten) masło, polędwica drobiowa, herbata owocowa
II Śniadanie	Jabłk lub inny owoc sezonowy (70-80g) + woda niegazowana
Obiad	Zupa kalafiorowo-marchwiowa (march. pietruszka, por, seler) zielona pietruszka, mięso gotowane, mieszanka jarzyn, (190 -200ml), kompot
Podwieczorek	Mieszanka indywidualna (170-180ml) - Deserek z kaszy jaglanej (laktoza, białko mleka) z tartym jabłkiem,(wyrób własny) chrupki kukurydziane (gluten) woda niegazowana.
<p>W jadłospisie wyróżniono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zgodnie załącznikiem nr 2 do Rozp. Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 1169/2011 z dnia 25października 2011r.</p> <p>Szczegółowy opis wartości kalorycznych i wartości odżywczych wydawanych posiłków znajduje się do wglądu u intendenta</p> <p>W ciągu całego dnia dziecko otrzymuje na żądanie wodę niegaz. z atestem bez ograniczeń w/p</p> <p>PS. DIETA BEZMLECZNA – MIESZANKI INDYWIDUALNE</p>	

Opracowała: Dypl. Dietetyczka Bożena Nawój

Dyrektor Żłobka: mgr Joanna Grzegorzcyk