



Pychotka
Catering

JADŁOSPIS BEZMLECZNY - WIOSNA

DLA DZIECI 1- 6 LAT O ZAPOTRZEBOWANIU ENERGETYCZNYM 1000-1400 KCAL/DOBA



pon. .26.04	ŚNIADANIE:	chleb wiejski ⁽¹⁾ z tłuszczem roślinnym, pasta rybna ⁽⁴⁾ , ogórek zielony, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 4.ryba
	ZUPA:	zupa pomidorowa z ryżem brązowym ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	filet z kurczaka w paprykowej marynacie, ziemniaki, kalafior na parze, kompot wieloowocowy z truskawką		brak
	PODWIECZOREK:	banan		brak
wt. .27.04	ŚNIADANIE:	chleb razowy ⁽¹⁾ z tłuszczem roślinnym , wędlina drobiowa ^(6,10) , pomidor, sałata, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 6.soja 10.gorczyca
	ZUPA:	zupa ziemniaczana z fasolką szparagową ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	pieczeń z łopatki wieprzowej i wołowiny ^(1,3) w sosie własnym ⁽¹⁾ , kasza gryczana, plasterki ogórka kiszzonego, kompot z jabłek		1.gluten z pszenicy 3.jajko
	PODWIECZOREK:	mus owocowy		brak
śr. .28.04	ŚNIADANIE:	chleb wiejski ⁽¹⁾ , pasta z pieczonego dorsza z pomidorami ⁽⁴⁾ , miks kolorowych warzyw, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 4.ryba
	ZUPA:	zupa dyniowa z mleczkiem kokosowym i ziemniakami ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	łazanki z młoda i kiszona kapusta oraz mięsem z szynki ⁽¹⁾ , plasterki marchewki na ciepło, kompot z jabłek i gruszek		1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	smoothie brzoskwińowo-bananowe		brak
czw. .29.04	ŚNIADANIE:	chleb graham ⁽¹⁾ , pasta z białej fasoli , papryka, szczypiorek, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, jęczmienia i żyta
	ZUPA:	zupa brokułowa z ziemniakami ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	słodko-kwaśny sos z indykiem, ananasem i pomidorami ⁽¹⁾ , żółty ryż z kurkumą, surówka z kapusty pekińskiej z pietruszkowo-cytrynową oliwą, kompot owocowy ze śliwkami		1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	kisiel cytrynowo-pomarańczowy		brak
pt. .30.04	ŚNIADANIE:	chleb pszenno-żytni ⁽¹⁾ , paszтет z pieczonych warzyw i kaszy jaglanej ⁽³⁾ , ogórek kiszony, szczypiorek, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 3.jajko
	ZUPA:	lekka zupa grochowa z ziemniakami i cząbrem ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	makaron ⁽¹⁾ z polewą truskawkową na mleku kokosowym , gruszki prażone z kardamonem, kompot owocowy z porzeczkami		1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	kajzerka razowa (pół) ⁽¹⁾ , tarta rzodkiewka z ogórkiem i oliwą z oliwek		1.gluten z pszenicy



Pogrubieniem zaznaczono różnice w stosunku do jadłospisu podstawowego

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak

Anna Motak