



**Pychotka
Catering**

JADŁOSPIS PODSTAWOWY - WIOSNA

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



pon. .10.05	ŚNIADANIE:	plátky żytnie na mleku (1,7), chleb wiejski (1) z masłem (7), twarożek (7), rzodkiewka, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 7.mleko
	ZUPA:	zupa ogórkowa z ryżem (9)		9. seler
	DRUGIE DANIE:	filet z kurczaka pieczony w kukurydzianej panierce (1,3), ziemniaki, brokuły na ciepło z oliwą, kompot wieloowocowy ze sliwkami		1.gluten z jęczmienia 3. jajko
	PODWIECZOREK:	jabłko		brak
wt. .11.05	ŚNIADANIE:	chleb razowy (1) z masłem (7), pasta z ciecioriki z pieczoną marchewką, miks kolorowych warzyw, pestki dyni, kakao na mleku (7)	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 7.mleko
	ZUPA:	botwinka z ziemniakami zabieleną (7,9)		7.mleko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	pomidorowy sos boloński z mięsem z szynki wieprzowej (1), pełnoziarnisty makaron spaghetti (1), zielony groszek, kompot wieloowocowy z wiśniami		1. gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	koktajl z owoców leśnych na maślanie (7)		7.mleko
śr. .12.05	ŚNIADANIE:	bułka razowa (1) z masłem (7), pasta jajeczna z jogurtem naturalnym (3,7), ogórek, szczypiorek, mleko (7)	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 3.jajko 7.mleko
	ZUPA:	gładka zupa marchewkowa z kaszą jaglaną (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	pulpeciki rybne (1,3,4) w sosie śmietanowym (1,7), kasza bulgur (1), sałata lodowa z kolorową papryką i miodowo-cytrynowym sosem vinegrette, kompot wieloowocowy z porzeczkami		1.gluten z pszenicy 3.jajko 4.ryba 7.mleko
	PODWIECZOREK:	plasterki banana z jogurtem greckim (7)		7.mleko
czw. .13.05	ŚNIADANIE:	pudding jęczmienny na mleku z prażonymi jabłkami (1,7), chleb graham (1) z masłem (7), pasta serowa z mozzarelli (7), pomidor, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z jęczmienia i pszenicy 7.mleko
	ZUPA:	zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabieleną (7,9)		7.mleko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	gulasz z indyka z warzywami (cukinia, marchewka, kukurydza) (1), kasza wiejska (1), surówka z młodej kapusty z natką pietruszki, kompot jabłkowy		1.gluten z pszenicy i jęczmienia
	PODWIECZOREK:	smoothie owocowe na tłoczonym soku jabłkowym		brak
pt. .14.05	ŚNIADANIE:	chleb wiejski (1) z masłem (7), naturalna szynka z Bobrownik, ogórek kiszony, sałata, kawa zbożowa z mlekiem (1,7)	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 7.mleko
	ZUPA:	zupa fasolowa z pomidorami i ziemniakami (9)		9. seler
	DRUGIE DANIE:	ręcznie lepione pierogi ruskie z twarogiem, ziemniakami i cebulką (1,7), gęsty jogurt naturalny (7), tarta marchewka z jabłkiem , kompot wiśniowy		1. gluten z pszenicy 7.mleko
	PODWIECZOREK:	częstki gruszki, chrupki kukurydziane		brak



Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak

Anna Motak