



**Pychotka**  
Catering

## JADŁOSPIS PODSTAWOWY - JESIEŃ

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



pon. .28.09	<b>ŚNIADANIE:</b>	chleb wiejski <sup>(1)</sup> z masłem <sup>(7)</sup> , twarożek <sup>(7)</sup> , rzodkiewka, kakao na mleku <sup>(7)</sup>	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy 7.mleko
	<b>ZUPA:</b>	krupnik z ziemniakami i kaszą pęczak <sup>(1,9)</sup>		1.gluten z jęczmienia 9.seler
	<b>DRUGIE DANIE:</b>	filet z kurczaka pieczony w kukurydzianej panierce <sup>(1,3)</sup> , ziemniaki, plasterki ogórka zielonego i dip jogurtowy <sup>(7)</sup> , kompot wieloowocowy ze śliwkami		1.gluten z jęczmienia 3.jajko
	<b>PODWIECZOREK:</b>	gruszka		brak
wt. .29.09	<b>ŚNIADANIE:</b>	płatki żytnie na mleku <sup>(1,7)</sup> , chleb razowy <sup>(1)</sup> z masłem <sup>(7)</sup> , pasta z cieciorki z pieczoną dynią, ogórek, pestki dyni, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 7.mleko
	<b>ZUPA:</b>	zupa krem z buraka i jabłka z groszkiem ptysiowym <sup>(1,3,9)</sup>		1.gluten z pszenicy 3.jajko 9.seler
	<b>DRUGIE DANIE:</b>	pomidorowy sos boloński z mięsem z szynki wieprzowej <sup>(1)</sup> , pełnoziarniste spaghetti <sup>(1)</sup> , zielony groszek, kompot wieloowocowy z wiśniami		1. gluten z pszenicy
	<b>PODWIECZOREK:</b>	koktajl z owoców leśnych na maślanie <sup>(7)</sup>		7.mleko
śr. .30.09	<b>ŚNIADANIE:</b>	bułka weka razowa <sup>(1)</sup> z masłem <sup>(7)</sup> , pasta jajeczna <sup>(3,7)</sup> , miks warzyw, szczypiorek, mleko <sup>(7)</sup>	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 3.jajko 7.mleko
	<b>ZUPA:</b>	gładka zupa marchewkowa z imbirem i kaszą jaglaną <sup>(9)</sup>		9.seler
	<b>DRUGIE DANIE:</b>	kawałki łososia w sosie śmietanowym <sup>(1,7)</sup> , kasza bulgur <sup>(1)</sup> , sałata lodowa z kolorową papryką i sosem vinegrette, kompot wieloowocowy z porzeczkami		1.gluten z pszenicy 7.mleko
	<b>PODWIECZOREK:</b>	plasterki banana z jogurtem greckim <sup>(7)</sup>		7.mleko
czw. .01.10	<b>ŚNIADANIE:</b>	pudding jęczmienny na mleku z prażonymi jabłkami <sup>(1,7)</sup> , chleb graham <sup>(1)</sup> z masłem <sup>(7)</sup> , pasta serowa z mozzarelli <sup>(7)</sup> , pomidor, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z jęczmienia i pszenicy 7.mleko
	<b>ZUPA:</b>	zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana <sup>(7,9)</sup>		7.mleko 9.seler
	<b>DRUGIE DANIE:</b>	gulasz z indyka z warzywami (cukinia, marchewka, kukurydza) <sup>(1)</sup> , kasza wiejska <sup>(1)</sup> , surówka z czerwonej kapusty, kompot jabłkowy		1.gluten z pszenicy i jęczmienia
	<b>PODWIECZOREK:</b>	smoothie owocowe na tłoczonym soku jabłkowym		brak
pt. .02.10	<b>ŚNIADANIE:</b>	chleb wiejski <sup>(1)</sup> z masłem <sup>(7)</sup> , naturalna szynka z Bobrownik, ogórek kiszony, sałata, kawa zbożowa z mlekiem <sup>(1,7)</sup>	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 7.mleko
	<b>ZUPA:</b>	zupa fasolowa z pomidorami i ziemniakami <sup>(9)</sup>		9. seler
	<b>DRUGIE DANIE:</b>	ręcznie lepione pierogi ruskie <sup>(1,7)</sup> , gęsty jogurt naturalny <sup>(7)</sup> , tarta marchewka z jabłkiem, kompot wiśniowy		1. gluten z pszenicy 7.mleko
	<b>PODWIECZOREK:</b>	winogrona, chrupki kukurydziane		brak



Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak

*Anna Motak*