

# JADŁOSPIS dla „ŻŁOBEK MIEJSKI” w Jaworznie

## DIETA – BM

### PONIEDZIAŁEK 04.05

**ŚNIADANIE** – płatki kukurydziane na mleku migdałowym 200ml, chleb graham 60g, masło roślinne 10g, szynka cygańska 20g, kalarepka 10g, herbata z cytryną 150ml

#### **II ŚNIADANIE – JABŁKO**

**OBIAD** – zupa ogórkowa z ziemniakami, włoszczyzną i zieleniną niezabielana 250ml, knedle z owocami – 2szt, kompot z owoców mieszanych 150ml

**PODWIECZOREK** – kanapka ( chleb foremka z masłem roślinnym, kabanosik, pomidorki koktajlowe ), woda z cytryną

**ALERGENY: 1, 3, 9**

### WTOREK 05.05

**ŚNIADANIE** – kaszka manna na mleku migdałowym 200ml, chleb wiejski 60g, masło roślinne 10g, pasta z szynki 20g, papryka kolorowa 10g, herbata owocowa 150ml

#### **II ŚNIADANIE – GRUSZKA**

**OBIAD** – zupa kalafiorowa z makaronem, włoszczyzną i zieleniną niezabielana 250ml, kotlet mielony z pieca 75g, ziemniaki 150g, buraczki 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml

**PODWIECZOREK** – budyń śmietankowo-waniliowy na mleku migdałowym, woda z cytryną

**ALERGENY: 1, 3, 9**

### ŚRODA 06.05

**ŚNIADANIE** – chleb graham 60g, masło roślinne 10g, ser kozi 30g, ogórek świeży 10g, kakao na mleku migdałowym 150ml

#### **II ŚNIADANIE – BANAN**

**OBIAD** – zupa fasolowa z ziemniakami, włoszczyzną i zieleniną 250ml, makaron z kurczakiem w sosie szpinakowym niezabielanym 200g, kompot z owoców mieszanych 150ml

**PODWIECZOREK** – drożdżówka bezmleczna, woda z cytryną

**ALERGENY: 1, 3, 9**

### CZWARTEK 07.05

**ŚNIADANIE** – płatki żytnie na mleku migdałowym 200ml, chleb wiejski 60g, masło roślinne 10g, pasztet pieczony 20g, pomidor 10g, herbata owocowa 150ml

#### **II ŚNIADANIE – TRUSKAWKI**

**OBIAD** – zupa krem z białych warzyw z zieleniną i makaronem niezabielany 250ml, gulasz mięsny wieprzowy niezabielany 100g, z kaszą wiejską 130g, ogórek kiszony 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml

**PODWIECZOREK** – chrupki kukurydziane, jogurt roślinny, woda z cytryną

**ALERGENY: 1, 3, 9**

### PIĄTEK 08.05

**ŚNIADANIE** – chleb graham 60g, masło roślinne 10g, twarożek kozi ze szczypiorkiem 30g, rzodkiewka 10g, kawa inka na mleku migdałowym 150ml

#### **II ŚNIADANIE – KIWI**

**OBIAD** – zupa krupnik z kaszą, włoszczyzną i zieleniną niezabielany 250ml, pulpeciki rybne w sosie niezabielanym 100g, ziemniaki 150g, surówka coleslaw 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml

**PODWIECZOREK** – ciasto bezmleczne z owocami – wypiek kuchni, woda z cytryną

**ALERGENY: 1, 3, 4, 9**

*Z przyczyn od nas niezależnych zastrzega się zmiany w jadłospisie za które bardzo przepraszam*