



Pychotka
Catering

JADŁOSPIS PODSTAWOWY

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



pon. .21.11	ŚNIADANIE:	płatki żytnie (1) na mleku (1,7), chleb wieloziarnisty (1) z masłem (7), naturalny serek kanapkowy (7), papryka, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 7.mleko
	ZUPA:	gładka zupa pomidorowa z makaronem zabieleną (1,7,9)		1.gluten z pszenicy 7.mleko 9. seler
	DRUGIE DANIE:	potrawka z kurczaka z groszkiem i marchewką (1), ryż, ogórek kiszony, kompot wieloowocowy ze śliwkami		1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	jabłko, wafel ryżowy		brak
wt. .22.11	ŚNIADANIE:	płatki ryżowe na mleku (1,7), chleb graham (1) z masłem (7), pasta z makreli (4), ogórek, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 4.ryba 7.mleko
	ZUPA:	zupa brokułowa z ziemniakami (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	duszone bitki z indyka w sosie własnym (1), kasza pęczak (1), surówka z buraczków z jabłkiem, kompot wieloowocowy z porzeczkami		1.gluten z pszenicy i jęczmienia
	PODWIECZOREK:	koktajl mango-banan na jogurcie naturalnym (7)		7.mleko
śr. .23.11	ŚNIADANIE:	chleb wiejski (1) z masłem (7), jajko od wybieganej kurki (3), miks warzyw, szczypiorek, kawa zbożowa z mlekiem (1,7)	ALERGENY:	1.gluten z żyta, pszenicy i jęczmienia 3.jajko 7.mleko
	ZUPA:	żurek na zakwasie żytnim z ziemniakami (1,9)		1.gluten z żyta 9. seler
	DRUGIE DANIE:	makaron penne z soczewicą w sosie pomidorowym (1), bukiet warzyw na ciepło z brukselką, kompot z jabłek		1. gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	serek z wanilią (7) i brzoskwiniami		7. mleko
czw. .24.11	ŚNIADANIE:	chleb razowy (1) z masłem (7), ser żółty (7), pomidor, sałata, kakao na mleku (7)	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 7.mleko
	ZUPA:	zupa krem z cukinii i zielonego groszku (9) z grzankami (1)		1.gluten z pszenicy 9.seler
	DRUGIE DANIE:	bośniacki kociołek - gulasz z łopatki wieprzowej z białą kapustą i warzywami, ziemniaki, kompot z gruszek		brak
	PODWIECZOREK:	pieczywo chrupkie (1) z pastą słonecznikową z rodzynkami		1.gluten z pszenicy i żyta
pt. .25.11	ŚNIADANIE:	kakaowa gryczanka na mleku z daktylami (7), chleb kukurydziany (1) z masłem (7), wędlina drobiowa (6,10), ogórek kiszony, sałata, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 6.soja 7.mleko 10.gorczyca
	ZUPA:	zupa kukurydziana z ziemniakami i śmietanką (7,9)		7.mleko 9. seler
	DRUGIE DANIE:	kluseczki leniwe z dynią i twarogiem (1,3,7), jogurt grecki (7), gruszka pieczona, kompot wieloowocowy ze śliwkami		1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	warzywa do chrupania (kalarepa, marchewka, papryka, ogórek)		brak



Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak

Anna Motak