



Pychotka
Catering

JADŁOSPIS BEZMLECZNY

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



pon. .05.06	ŚNIADANIE:	chleb wiejski ⁽¹⁾ z tłuszczem roślinnym , naturalna wędlina z indyka, ogórek kiszony, kawa zbożowa na mleku owsianym ⁽¹⁾	1.gluten z pszenicy, żyta
	ZUPA:	zupa jarzynowa z fasolką szparagową i ziemniakami ⁽⁹⁾	9. seler
	DRUGIE DANIE:	makaronowe kokardki ze szpinakiem i suszonymi pomidorami ⁽¹⁾ , marchewki na ciepło z oliwą z pestek winogron, kompot owocowy z porzeczkami	1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	jabłko, chrupki kukurydziane	brak
wt. .06.06	ŚNIADANIE:	chleb razowy ⁽¹⁾ z tłuszczem roślinnym , tuńczyk ⁽⁴⁾ , miks warzyw z rzodkiewką, naturalne kakao na mleku sojowym ⁽⁶⁾	1.gluten z pszenicy, jęczmienia i żyta 4.ryba 6.soja
	ZUPA:	krupnik z kaszą orkiszową i ziemniakami ^(1,9)	9.seler
	DRUGIE DANIE:	mięso z udek kurczaka w pięciu smakach ^(1,6) , ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z cytrusowo-pietruszkowym sosem vinegrette, kompot owocowy z rabarbarem	1.gluten z pszenicy 6.soja
	PODWIECZOREK:	pudding ryżowy na mleku kokosowym z truskawkami	brak
śr. .07.06	ŚNIADANIE:	owsianka na wodzie z bakaliami , chleb graham ⁽¹⁾ , pasta z pieczonego dorsza ⁽⁴⁾ , ogórek, herbata owocowa	1.gluten z pszenicy 4.ryba
	ZUPA:	zupa wiejska na kurczaku zagrodowym z ziemniakami i zacierką ^(1,9)	1. gluten z pszenicy i żyta 9.seler
	DRUGIE DANIE:	kawałki indyka w sosie pomidorowym z mleczkiem kokosowym ⁽¹⁾ , ryż, kompot wieloowocowy z porzeczką	1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	smoothie brzoskwiwniowo-bananowe na tłoczonym soku jabłkowym	brak
czw. .08.06	NIECZYNNE		
pt. .09.06	NIECZYNNE		



Pogrubieniem zaznaczono różnice w stosunku do jadłospisu podstawowego

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak

Anna Motak