

0-7007070



JADŁOSPIS BEZMLECZNY DLA DZIECI W WIEKU 2,5-6 LAT O ZAPOTRZEBOWANIU ENERGETYCZNYM 1200-1400 KCAL NA DOBĘ

DZIEŃ	ŚNIADANIE 20-25% energii	OBIAD 30-35% energii	PODWIECZOREK 15% energii
PONIEDZIAŁEK 29.04	Herbata miętowa 200 ml Chleb graham 40 g (1.2), masło roślinne 10 g, ser żółty bezmleczny 20 g, ogórek 30 g, kiełki lucerny 10 g	Zupa pomidorowa z ryżem i koperkiem zabilana napojem owsianym 250 ml (1.4,9) Makaron (1.1) z kawałkami indyka w sosie pesto z cukinią, fasolką zieloną oraz marchewką w dwóch kolorach 220 g Kompot śliwkowy 200 ml	Gruszka 1 szt. Pieczywo chrupkie 1 szt. (1)
WTOREK 30.04	Herbata z owoców leśnych 150 ml Chleb witalny 40 g (1.1), masło roślinne 10 g, szynka wieprzowa 25 g, pomidor 30 g, sałata 10 g	Wiosenny wywar z włoszczyzny z makaronem nitki (1.1) posypany natką pietruszki 250 ml (9) Ryż na napoju owsianym (1.4) z jabłkiem pieczonym i cynamonem posypany posiekаныmi orzechami 270 g (8) Kompot wiśniowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt.
ŚRODA 01.05			
CZWARTEK 02.05			
PIĄTEK 03.05			

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

Opracowano przez: dietetyk kliniczny mgr inż. Justyna Wąsik

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 1.1 pszenica, 1.2 żyto, 1.3 jęczmień, 1.4 owies, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne, 8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.