



**Pychotka
Catering**

JADŁOSPIS PODSTAWOWY

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



pon. .17.01	ŚNIADANIE:	chleb wiejski ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾ , naturalna szynka z Bobrownik, kolorowa papryka, sałata lodowa, kakao na mleku ⁽⁷⁾	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy 7.mleko
	ZUPA:	zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	makaron tricolore ⁽¹⁾ z sosem serowym z serem cheddar ^(1,7) , kolorowe warzywa na ciepło, kompot wieloowocowy z truskawką		1.gluten z pszenicy 7.mleko
	PODWIECZOREK:	banan		brak
wt. .18.01	ŚNIADANIE:	bananowa jaglanka na mleku ⁽⁷⁾ , chleb razowy ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾ , twarożek z jogurtem naturalnym ⁽⁷⁾ , ogórek, kielki, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy 7.mleko
	ZUPA:	zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną ^(7,9)		7.mleko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	filet z kurczaka w bazyliowym pesto z orzechami i parmezanem ^(5,7) , ryż, surówka z kapusty włoskiej, kompot z jabłek		5.orzechy - pini, migdały 7.mleko
	PODWIECZOREK:	cząstki gruszki, chrupki kukurydziane		brak
śr. .19.01	ŚNIADANIE:	chleb wiejski ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾ , hummus ⁽¹¹⁾ , jajko od wybieganej kurki (pół) ⁽³⁾ , pieczony buraczek, mleko ⁽⁷⁾	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 3.jajko 7.mleko 11.sezam
	ZUPA:	gładka zupa pomidorowa z makaronem ^(1,9)		1.gluten z pszenicy 9.seler
	DRUGIE DANIE:	kotlet mielony wieprzowo-wołowy ^(1,3) , ziemniaki, marchewka z groszkiem na ciepło, kompot wieloowocowy z gruszkami		1.gluten z pszenicy 3.jajko
	PODWIECZOREK:	jogurt naturalny ⁽⁷⁾ z owocowo-orzechowym musli ^(1,5)		1.gluten z owsa 5.orzechy - migdały i laskowe 7.mleko
czw. .20.01	ŚNIADANIE:	chleb jaglany ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾ , mozzarella ⁽⁷⁾ , pomidor, szczypiorek, kawa zbożowa na mleku ^(1,7)	ALERGENY:	1.gluten z żyta i jęczmienia 7.mleko
	ZUPA:	barszcz ukraiński z ziemniakami i drobną fasolą ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	leczo z filetem z indyka, papryką, cukinią i pomidorami, kasza jęczmienna ⁽¹⁾ , kompot owocowy ze śliwkami		1.gluten z jęczmienia
	PODWIECZOREK:	chałka ^(1,3,7) z dżemem 100% owoców		1.gluten z pszenicy 3.jajko 7.mleko
pt. .21.01	ŚNIADANIE:	płatki kukurydziane na mleku ^(1,7) , chleb żytni ⁽¹⁾ z masłem ⁽⁷⁾ , pasta z wędzonej makreli ⁽⁴⁾ , miks warzyw, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 4.ryba 7.mleko
	ZUPA:	zupa krem z cukinii ⁽⁹⁾ z grzankami i prażonym słonecznikiem ⁽¹⁾		1.gluten z pszenicy 9.seler
	DRUGIE DANIE:	naleśnik z twarogiem i rodzynkami ^(1,3,7) , polewa jogurtowa ⁽⁷⁾ , cząstki pomarańczy, kompot owocowy z porzeczkami		1.gluten z pszenicy 3.jajko 7.mleko
	PODWIECZOREK:	pomarańczowe smoothie dyniowo-bananowe na soku jabłkowym		brak



Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak

Anna Motak