



Pychotka
Catering

JADŁOSPIS PODSTAWOWY

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



pon. .03.10	ŚNIADANIE:	plátky żytnie na mleku (1,7), chleb razowy ze słonecznikiem (1) z masłem (7), naturalny serek kanapkowy (7), papryka, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 7.mleko
	ZUPA:	zupa pomidorowa z makaronem (1,9)		1.gluten z pszenicy 9. seler
	DRUGIE DANIE:	potrawka z kurczaka z groszkiem i marchewką (1), ryż, ogórek kiszony, kompot wieloowocowy ze śliwkami		1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	śliwki, wafel ryżowy		brak
wt. .04.10	ŚNIADANIE:	owsianka na mleku z rodzynkami (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 maślanie (7)		7.mleko
śr. .05.10	ŚNIADANIE:	chleb żytni i 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:	zupa kukurydziana z ziemniakami i śmietanką (7,9)		7.mleko 9. seler
	DRUGIE DANIE:	makaronowe świderki (1), polewa twarogowo-jogurtowa (7), prażone jabłka z cynamonem, kompot wiśniowy		1. gluten z pszenicy 7.mleko
	PODWIECZOREK:	chlebek marchewkowo-dyniowy (1,3)		brak
czw. .06.10	ŚNIADANIE:	chleb razowy (1) z masłem (7), mozzarella (7), pomidor, sałata, kakao na mleku (7)	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy i żyta 7.mleko
	ZUPA:	zupa krem z cukinii (9) z groszkiem ptyisiowym (1,3)		1.gluten z pszenicy 3.jajko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	bośniacki kociołek - gulasz z łopatki wieprzowej z białą kapustą i warzywami, ziemniaki, kompot wieloowocowy z porzeczkami		brak
	PODWIECZOREK:	pudding ryżowy na mleku (7), rodzynki		7.mleko
pt. .07.10	ŚNIADANIE:	kakaowa gryczanka na mleku z daktylami (7), chleb wiejski (1) z masłem (7), wędlina drobiowa (6,10), ogórek, sałata, herbata owocowa	ALERGENY:	1.gluten z pszenicy, żyta i jęczmienia 6.soja 7.mleko 10.gorczyca
	ZUPA:	zupa groszkowa z ziemniakami (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	warzywny ratatuj z ziołami prowansalskimi (papryka, cukinia, bakłażan, pomidory), kasza bulgur (1), kalafior gotowany na parze, kompot owocowy		1.gluten z pszenicy
	PODWIECZOREK:	serek z wanilią (7), winogrona		7.mleko



Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak

Anna Motak