Miodzio catering

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 20.04	Herbata owoce leśne 200 ml Chleb graham **(1.1, 1.2)** 40 g, masło roślinne 10 g, ser żółty bezmleczny 25 g, ogórek kiszony 20 g, kiełki słonecznika 5 g	Pomidorowa z makaronem **(1.1,9)** zabielana napojem owsianym **(1.4)** 250 ml Gulasz z mięsem z szynki w sosie własnym z młodą włoszczyzną 130 g, kasza gryczana 100 g, buraczki gotowane z jabłkami 60 g Kompot wiśniowo-truskawkowy 200 ml	Mandarynka 1 szt. Herbatniki pełnoziarniste 2 szt. **(1.1)**
WTOREK 21.04	Herbata porzeczkowa 200 ml Chleb witalny **(1.1)** 40 g, masło roślinne 10 g, smalczyk z fasoli 25 g, pomidor 20 g, rzodkiewka 10 g	Barszcz czerwony z burakami i ziemniakami z włoszczyzną zabielany napojem owsianym **(1.4,9)** 250 ml Zraziki wołowo – wieprzowe w sosie własnym 100 g, makaron penne 130 g **(1.1)**, kalafior gotowany polany oliwą 60 g Kompot śliwkowy 200 ml	Budyń kakaowy na mleku owsianym **(1.4)** 150 ml Jabłko ½ szt.
ŚRODA 22.04	Herbata jeżynowa 200 ml Chleb wieloziarnisty 40 g **(1.1,1.2,1,3)**, masło roślinne 10 g, schab pieczony 25 g, ogórek 20 g, buraczki gotowane 20 g	Zupa marchewkowa z ryżem zabielana mlekiem owsianym **(1.4,9)** 250 ml Pierogi leniwe bezmleczne 170 g **(1.1)** podane z musem truskawkowo-jabłkowym 40 g Kompot jabłkowy 200 ml	Banan 1 szt.
CZWARTEK 23.04	Herbata hibiskusowa 200 ml Płatki jęczmienne naturalne na mleku owsianym **(1.3,1.4)** 150 ml Bułka grahamka **(1.1,1.2)** 40 g, masło roślinne 10 g, powidła śliwkowe z naturalnym kakao własnej produkcji 25 g	Zupa z fasolki żółtej i zielonej z makaronem zabielana napojem owsianym **(1.1,1.4,9)** 250 ml Filet z kurczaka pieczony w sosie własnym 100 g, ryż 100 g, surówki z marchewki z ananasem 60 g Kompot truskawkowy 200 ml	Jagodzianka własnej produkcji 1 szt. **(1.1)**
PIĄTEK 24.04	Kakao naturalne na mleku owsianym 200 ml **(1.4)** Chleb żytni **(1.2)** 40 g, masło roślinne 10 g, humus z ciecierzycy 30 g, papryka czerwona 20 g, szczypiorek 5 g	Krem z dyni z grzankami żytnimi **(1.2)** 250 ml Dorsz pieczony w panierce kukurydzianej 60 g **(4)**, ziemniaki 130 g, surówka z kapusty białej i kiszonej 60 g Kompot śliwkowo-jabłkowy 200 ml	Mango lassi na jogurcie kokosowym 150 ml

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

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 1)siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.