

JADŁOSPIS 19-23.01.2026 r.

	poniedziałek 19.01.2026	poniedziałek 20.01.2026	środa 21.01.2026	czwartek 22.01.2026	piątek 23.01.2026
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku, pieczywo mieszane z masłem i szynką drobiową, plasterki rzodkiewki (1,7)	Kasza jaglana na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna z dodatkiem awokado i szczypiorku, (1,3,7)	Płatki orkiszowe na mleku, kanapki samodzielnie komponowane przez dzieci: pieczywo mieszane z masłem, szynka krucha, ogórek zielony, papryka czerwona, sałata (1,7)	Mix płatków zbożowych na mleku, pieczywo z masłem i pastą mięsno-warzywną, pomidor (1,3,7)	Zupa mleczna z zacierką i dynią, pieczywo mieszane z masłem, twarożek z truskawkami (1,7)
II ŚNIADANIE	Kompot owocowy jabłko/banan	Herbata miętowa z pomarańczą banan/jabłko	Herbatka żurawinowa jabłko/banan	Kompot owocowy jabłko/banan/kaki	Herbata z lipy jabłko/banan
OBIAD	Kasza gryczana na sypko, gulasz wieprzowy w sosie majerankowym, jarzynka – fasolka szparagowa, surówka z marchewki i jabłka z jogurtem naturalnym (3,7)	Ziemniaczki z koperkiem, kotleciki drobiowe pieczone, jarzynka – buraczki gotowane, surówka – mizeria z jogurtem greckim (3,7)	Kopytka szpinakowe, kotlet z indyka w sosie jarzynowym, jarzynka – bukiet warzyw, surówka – seler z dodatkiem brzoskwini i jogurtu naturalnego	Kasza kuskus, leczo warzywne, surówka – kapusta pekińska z pomidorem, oliwa z oliwek (9) (1,3,7)	Ziemniaczki z koperkiem, pulpety rybne, jarzynka – duszona cukinia, surówka z kalarepy, marchewki i żurawiny z oliwą z oliwek (3,4)
ZUPA	Zupa kapuśniak z ziemniaczkami i natką (9)	Rosółek z lanymi kluseczkami (1,3,9)	Krupnik jaglany z koperkiem (1,9)	Zupa krem z białych warzyw z grzankami (9)	Zupa pomidorowa z ryżem (9)
PODWIECZOREK	Babeczki z mąki kukurydzianej z jabłuszkiem, kompot (1,7)	Pudding z kaszy kukurydzianej z musem brzoskwiniowym, herbata (7)	Jogurt naturalny z malinami, płatki kukurydziane (7)	Ciasto murzynek, kawa inka na mleku owsianym (1,3,7)	Ryż zapiekany z duszonym jabłkiem z cynamonem (1)
DIETY					
ŚNIADANIE	b/ml – płatki ryżowe na mleku roślinnym, masło flora	b/ml , b/gl - kasza jaglana na mleku owsianym, pieczywo bezglutenowe z masłem flora b/jaj - jajka przepiórcze,	b/ml – makaron na mleku roślinnym, masło flora	b/ml – mix płatków na mleku roślinnym, masło flora, b/jaj - wędlina	b/ml – zupa mleczna na mleku roślinnym, flora, jogurt kokosowy z truskawkami
II ŚNIADANIE	Bez zmian	bez zmian	Bez zmian	Bez zmian	Bez zmian
OBIAD	b/ml – surówka z jogurtem kokosowym	b/ml - jogurt kokosowy, b/jajka - kotleciki bez jajka	b/ml – surówka z jogurtem kokosowym, b/jajka - kotleciki bez jajka	b/ml – jarzynka bez jogurtu, b/jaj – kotleciki bez jajka	b/jaj – pulpety bez jaj
PODWIECZOREK	b/ml – bez zmian	b/ml – pudding na mleku roślinnym, b/jajka -rosółek z makaronem bez jajecznym	b/ml – maliny z jogurtem kokosowym	b/ml, b/jaj - muffiny z konfiturą	Bez zmian

Podane numery przy posiłkach oznaczają alergeny, które mogą w nich wystąpić : 1 - gluten, 3- jaja, 4- ryby, 7 - mleko i pochodne, 9 - seler
Informacje o składnikach alergennych użytych do przygotowania posiłków zgodnie z jadłospisem opracowano zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (...).
W ciągu całego dnia woda i herbatki bez ograniczeń

Sporządził: **Urszula Falba**
Referent administracyjno-gospodarczy

Zatwierdził: mgr **Monika Poszytek**
Dyrektor Żłobka Miejskiego Motylkowy Świat