**JADŁOSPIS 13.10- 17.10.2025**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **poniedziałek****13.10.2025** | **wtorek****14.10.2025** | **środa****15.10.2025** | **czwartek****16.10.2025** | **piątek****17.10.2025** |
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na gęsto z kleksem malinowym na mleku, pieczywo mieszane z masłem, polędwica sopocka, ogórek świeży**(1,7)** | Płatki jaglane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor **(1,3,7)** | Płatki kukurydziane na mleku, pieczywo mieszane, ser żółty, plasterki białej rzodkwi **(1,7)** | **Płatki jęczmienne na mleku, pieczywo z masłem i z wędliną, papryka żółta **(1,7)**** | Zupa mleczna z zacierką z dynią, pieczywo mieszane z masłem,twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką **(1,7)** |
| **II ŚNIADANIE** | Herbatka owocowajabłko/banan | Kompot owocowygruszka/ banan/jabłko | Herbata miętowa z cytrynką, jabłko/ banan/melon | Kompot owocowy,jabłko/banan | Herbatka rumiankowo- owocowa,jabłko/banan/mango |
| **OBIAD** | Ziemniaki, pulpety w sosie chrzanowym , jarzynka- fasolka żółta , surówka z selera i jabłka z oliwą z oliwek**(3,9)** | Kasza kuskus z koperkiem, roladki drobiowe w  sosie jarzynowym, jarzynka- cukinia duszona, surówka z tartej marchewki, jabłka z  jogurtem greckim **(3,7,9)** | Kluseczki leniwe polane masełkiem z musem owocowym na słodko, surówka wielowarzywna **(1,3,7)** | Risotto warzywno – mięsne z pomidorami, surówka – mizeria z jogurtem **(7,9)** | Ziemniaki z koperkiem, kotlet mielony z ryby, jarzynka- szpinak z czosnkiem i jogurtem,surówka z  kapusty pekińskiej, tartym jabłkiem i żurawiną, oliwa z oliwek **(3,4)** |
| **ZUPA** | Zupa kalafiorowa z ryżem i koperkiem **(9)** | Kapuśniak z ziemniakami i natką**(9)** | Zupa krem dyniowa z bakłażanem z grzankami **(1,9)** | Barszcz czerwony z ziemniakami **(9)** | Zupa jarzynowa z kaszą manną **(1,9)** |
| **PODWIECZOREK** | Placuszki owsiane z bananem, herbatka owocowa **(1)** | Koktajl z jogurtu kokosowego z owocami | Biszkopciki, kisiel wiśniowy **(1)** | Ciasto marchewkowe, kompot **(1,7)** | Wafle ryżowe, kompot owocowy |
|  |  | ***DIETY*** |  |  |  |
| **ŚNIADANIE** | **b/ml, b/gl** kaszka ryżowa owocowa na wodzie, pieczywo bezglutenowe z masłem flora, pozostałe bez zmian | **b/ml, b/gl**- płatki jaglane na mleku owsianym, pieczywo bezglutenowe**b/jaj-** jajecznica z jajek przepiórczych | **b/ml-** płatki kukurydziane na mleku owsianym, pieczywo bezglutenowe z masłem flora, dżem | **b/ml, b/gl-** płatki jęczmienne na mleku owsianym, reszta bez zmian | **b/ml, b/gl –**Zupa mleczna z zacierką z dynią , pieczywo bezglutenowe z wędliną, plasterki rzodkiewki i ogórka małosolnego |
| **II ŚNIADANIE** | bez zmian | bez zmian | bez zmian | bez zmian | bez zmian |
| **OBIAD** | **b/gl**- bez zmian | bez zmian | **b/ml-** mizeria z jogurtem kokosowym | **b/ml, b/gl-** bez zmian | **b/ml-** jarzynka bez jogurtu |
| **PODWIECZOREK** | bez zmian | bez zmian |  chrupki kukurydziane | Muffinki z dżemem | 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: **Monika Otoska** Zatwierdził: mgr **Monika Poszytek**

 Intendent Dyrektor Żłobka Miejskiego Motylkowy Świat