

# JADŁOSPIS 29.06.-03.07.2026 r.

	<b>poniedziałek 29.06.2026</b>	<b>wtorek 30.06.2026</b>	<b>środa 01.07.2026</b>	<b>czwartek 02.07.2026</b>	<b>piątek 03.07.2026</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza manna, pieczywo mieszane z masłem i szynka krucha, plasterki ogórka kiszzonego (1,7)	Mix płatków na mleku, pieczywo mieszane z masłem i jajkiem na twardo, kwiatuszki z kolorowej papryki (1,3,7)	Płatki gryczane na mleku, kanapki samodzielnie komponowane przez dzieci: pieczywo mieszane z masłem, polędwica drobiowa, ser żółty w plastrach, rosłonka, rzodkiewka, ogórek małosolny, pomidor (1,7)	Płatki jęczmienne na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta z pieczonej papryki i marchewki z dodatkiem koperku, pomidor (1,7)	Lane kluseczki na mleku, pieczywo mieszane z masłem, twaróg z truskawkami (1,3,7)
<b>II ŚNIADANIE</b>	Herbata malinowa, jabłko/banan/truskawki	Kompot z jabłek i wiśni, gruszka/banan	Herbata mięta z cytrynką jabłko/banan/arbuz	Kompot wieloowocowy, jabłko/banan/	Herbata rumiankowo-owocowa jabłko/banan/melon
<b>OBIAD</b>	Kasza gryczana, pulpety w sosie bazyliowym, jarzynka – marchewka z groszkiem, surówka – ogórki zielone z rzodkiewką i szczypiorkiem z jogurtem greckim (1,3,7)	Ziemniaki, polędwiczka duszona w sosie własnym, jarzynka – buraczki gotowane, surówka – pomidor z dymką i jogurtem (3,7)	Naleśniki z białym serem i musem truskawkowym, surówka – marchewka z gruszką i jogurtem kokosowym	Ryż na sypko, leczo warzywne, surówka z kiszzonego ogórka i jabłka, oliwa z oliwek (3,7,9)	Ziemniaczki z koperkiem, kotlet mielony z ryby, jarzynka – młoda kapusta z koperkiem, surówka – buraczki z jabłkiem i oliwą z oliwek (3,4,9)
<b>ZUPA</b>	Zupa kapuśniak z młodej kapusty z pomidorami i ziemniakami (9)	Zupa jarzynowa z kaszą manną (1,9)	Zupa botwinka z ziemniakami (9)	Zupa krem z kukurydzy z mleczkiem kokosowym (9)	Rosołek warzywny z makaronem (9)
<b>PODWIECZOREK</b>	Placuszki z cukinii i marchewki podane z kleksem z jogurtu (1,3,7)	Płatki ryżowe z musem owocowym, kompot	Jogurt jagodowy, chrupki kukurydziane, herbatka (7)	Ciasto jogurtowe z owocami sezonowymi i kruszonką, kompot (1,3,7)	Mus owocowy, podłomyki (1)
<b>DIETY</b>					
<b>ŚNIADANIE</b>	<b>b/ml</b> – Kaszka manna na mleku roślinnym, masło flora	<b>b/ml, b/jaj</b> – płatki na mleku roślinnym, masło flora, jajka przepiórcze	<b>b/ml</b> – płatki na mleku roślinnym, masło flora	<b>b/ml</b> – płatki jęczmienne na mleku roślinnym, masło flora	<b>b/ml</b> – lane kluseczki na mleku roślinnym, flora, jogurt kokosowy z truskawkami <b>b/jaj</b> – jajka przepiórcze
<b>II ŚNIADANIE</b>	Bez zmian	Bez zmian	Bez zmian	Bez zmian	Bez zmian
<b>OBIAD</b>	<b>b/ml</b> – surówka z jogurtem kokosowym <b>b/jaj</b> – pulpet bez jaj	<b>b/ml</b> – surówka z jogurtem kokosowym	<b>b/ml</b> - naleśniki z dżemem <b>b/jaj</b> – jajka przepiórcze	Bez zmian	<b>b/jaj</b> – kotlet bez jaj
<b>PODWIECZOREK</b>	<b>b/ml, b/jaj</b> – placuszki bez jajka i dodatku nabiału	Bez zmian	<b>b/ml</b> – jogurt kokosowy	<b>b/ml, b/jaj</b> – muffiny bez jaj i nabiału	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 alergicznych 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