**JADŁOSPIS 08– 12.04.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **poniedziałek**  **08.04.2024** | **wtorek**  **09.04.2024** | **środa**  **10.04.2024** | **czwartek**  **11.04.2024** | **piątek**  **12.04.2024** |
| **ŚNIADANIE** | Płatki jaglane na mleku, pieczywo mieszane z masłem z szynką kruchą, ogórek małosolny | Płatki żytnie na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta z sera żółtego, szczypiorku i pomidorów suszonych, plasterki rzodkiewka | Kasza kukurydziana na mleku, pieczywo mieszane z masłem i **pastą rybną, warzywami i koperkiem, ogórek kiszony** | **Płatki owsiane na mleku, **Kanapki małych rączek:** pieczywo z masłem, polędwica, papryka czerwona,** plasterki białej rzodkwi, sałata | Płatki jęczmienne na mleku, pieczywo mieszane z masłem,  pasta twarogowa z pomidorem malinowym |
| **II ŚNIADANIE** | Herbatka miętowa z cytrynką  jabłko/banan | Kompot wieloowocowy  jabłko/banan/gruszka | Herbata z lipy  jabłko/ banan | Kompot owocowy jabłko/banan/melon | Herbatka rumianowo- owocowa  jabłko/banan |
| **OBIAD** | Ziemniaki z koperkiem, paluszki z indyka pieczone z ziołami, jarzynka- marchewka z groszkiem, surówka – z parzonej czerwonej kapusty z jabłkiem i żurawiną z oliwą z oliwek | Kasza gryczana biała, pulpety drobiowo-wieprzowe w  sosie majerankowym, jarzynka- buraczki gotowane, surówka- marchewka, por, jabłko, seler z oliwą z oliwek | Makaron, gulasz wieprzowy z dodatkiem pomidorów, jarzynka-kalafior, surówka z tartej rzodkiewki z jogurtem greckim | Kasza bulgur z leczo warzywnym z cukinią, surówka z kapusty pekińskiej z pokrojonym pomidorem w oliwie z pestek winogron | Ziemniaki z koperkiem, pieczone pulpety rybne, brukselka gotowana na jarzynkę, surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem i oliwą z oliwek |
| **ZUPA** | Zupa ogórkowa z ryżem | Zupa krem z cukinii i pomidorów z grzankami | Zupa Shrekowa :) – krem szpinakowy z ziemniakami i mleczkiem kokosowym | Zupa zacierkowa z koperkiem | Barszcz ukraiński z ziemniakami |
| **PODWIECZOREK** | Placuszki z dyni, kompot | Herbatniki, wafle ryżowe, herbatka miętowa z cytrynką | Ryż z prażonymi jabłkami,  herbata z lipy | Koktajl malinowo-bananowy na jogurcie naturalnym | **DZIEŃ CZEKOLADY !!!!!!:)**  Ciasto czekoladowe, herbatka |
|  |  | ***DIETY*** |  |  |  |
| **ŚNIADANIE** | **b/ml, b/gl** -płatki na mleku owsianym, pieczywo bezglutenowe z masłem flora, pozostałe bez zmian | **b/ml-**- płatki na mleku owsianym,pasta z brokuła, pieczywo z masłem flora **b/gl-** kaszka sinlac, pieczywo bezglutenowe | **b/ml** – kaszka na mleku kokosowym, pieczywo z masłem flora, **b/gl-** pieczywo bezglutenowe | **b/ml**- płatki na mleku owsianym ,pieczywo z masłem flora, **b/gl-** pieczywo bezglutenowe | **b/ml, b/gl –** kaszka sinlac,pieczywo bezglutenowe z masłem flora, pomidor |
| **II ŚNIADANIE** | bez zmian | bez zmian | bez zmian | bez zmian | bez zmian |
| **OBIAD** | **b/ml**- bez zmian | **b/gl-** zupa bez grzanek | **b/gl** – makaron bezglutenowy,  **b/ml-** surówka z jogurtem kokosowym | **b/ml**- bez zmian  **b/gl –** ziemniaki, zupa z ryżem | bez zmian |
| **PODWIECZOREK** | **b/ml, b/gl**- placki na mące bezglutenowej z jogurtem kokosowym | **b-/gl**- herbatniki zbożowe bezglutenowe | bez zmian | **b/gl**- bez zmian  **b/ml –** koktajl na jogurcie kokosowym | **b/gl –** muffiny na mące bezglutenowej |

***W ciągu całego dnia woda i herbatki bez ograniczeń***

***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 (…).***

***Alergeny: Mleko (z laktozą), pochodne mleka, Gluten (pszenica, żyto, jęczmień), Jajka, Seler, Ryba***

***Kaloryczność posiłków żłobka to 750kcal realizowana w 4 posiłkach podawanych dzieciom: Śniadanie, II śniadanie, obiad i podwieczorek. Gramatury posiłków są odpowiednie do grupy wiekowej 1-3 i zgodne z Ustawą z dnia 7 lipca 2017r.***

Sporządził: **Dorota Kołacz** Zatwierdził: mgr **Monika Poszytek**

Starsza Pielęgniarka Żłobka Dyrektor Żłobka Miejskiego Motylkowy Świat