



Jadłospis dla dzieci od 1-3 lat

Data	Śniadanie	II Śniadanie	Zupa	II Danie
15.09.2026 wtorek	Płatki owsiane na mleku (mleko 2%-7, płatki owsiane-1d) pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny-1a, graham – 1a, żytni-1b, masło 82%-7), szynka z indyka, rzodkiewka, herbata owocowa z miodem	Jabłko	Kalafiorowa (kalafior, ziemniaki, masło klarowane, marchewka, pietruszka, por, seler-9 , czosnek, natka pietruszki, przyprawy, jogurt - 7)	Kotleciki z indyka z cukinią (filet z indyka, cukinia, jajko -3 , cebula, czosnek, przyprawy) sos jarzynowy (marchew,pietruszk, seler-9 , cebula, przyprawy), mizeria (ogórek zielony, jogurt - 7 , szczypiorek) ziemniaki, kompot jabłkowy
16.09.2026 środa	Kasza kukurydziana na mleku (mleko 2%-7 , kasza kukurydziana) pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny-1a, graham – 1a, żytni-1b, masło 82%-7 paprykarz (ryba -4 , ryż, warzywa, cebula, koncentrat pomidorowy), ogórek kiszony, herbata owocowa z miodem,	Pieczone bataty	Pomidorowa z kuskusem (kasza kuskus – 1a , koncentrat pomidorowy, marchew, seler-9 ,pietruszk, jogurt -7 , masło klarowane, natka pietruszki, przyprawy)	Naleśniki z twarożkiem i dżemem (mąka pszenna-1a, mleko2% -7, jajko-3, twarożek – 7 , cukier waniliowy), mus truskawkowy, surówka z marchewki, kompot truskawkowy
17.09.2026 czwartek	Patki ryżowe na mleku (mleko 2%-7, płatki ryżowe) pieczywo mieszane z masłem, (chleb pszenny-1a, graham – 1a, żytni-1b, masło 82%-7) szynka drobiowa, jajko-3 , ogórek zielony, herbata owocowa z miodem	Cynamonki drożdżowe (mąka-1a, jajko-3, mleko-7, masło-7 , cynamon), banan	Wielowarzywna (marchew, seler - 9 , pietruszka, por, ziemniaki, masło klarowane, czosnek, natka pietruszki, przyprawy)	Pulpeciki z kurczaka (filet z kurczaka, jajko-3 , marchewka, czosnek, cebula, przyprawy) sos musztardowy (seler-9 , pietruszka, musztarda, przyprawy) kasza jęczmienna-1c , buraczki na ciepło, kompot wieloowocowy
18.09.2026 piątek	Makaron na mleku(mleko 2% - 7, makaron-1a), pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), twarożek – 7 ze szczypiorkiem, pomidor malinowy, herbata owocowa z miodem	Nektarynka	Ogórkowa (ogórki kiszone, ziemniaki, marchew, seler-9 , pietruszka czosnek, masło klarowane, jogurt – 7 , natka pietruszki, koperek, przyprawy)	Pieczone roladki rybne (ryba-4, jajko-3 , cebula, czosnek, przyprawy) sos koperkowy (koperek, seler-9 , pietruszka, cebula, przyprawy), surówka z kapusty kiszonej, ziemniaki, kompot truskawkowy
21.09.2026 poniedziałek	Płatki owsiane na mleku (mleko 2% - 7, płatki owsiane– 1d), pieczywo mieszane z masłem, (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), jajko-3 , szynka z indyka, papryka czerwona, herbata owocowa z miodem	Budyń czekoladowy (mleko-7 , mąka ziemniaczana, cukier waniliowy, kakao) wyrób własny	Krupniczek (kasza jęczmienna – 1c, seler – 9 , pietruszka, marchewka, por, czosnek, koperek, natka pietruszki, przyprawy)	Kotleciki z indyka z warzywami (filet z indyka, marchewka, pietruszka, seler-9 , por), sos pomidorowy (koncentrat pomidorowy, marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , przyprawy), ziemniaki, warzywa na parze, woda cytrynowa



22.09.2026 wtorek	Kasza manna na mleku (mleko 2% - 7, kasza manna – 1a) pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), serek wiejski - 7 , pomidor malinowy, herbata owocowa z miodem	Gruszka	Jarzynowa (kalafior, brokuł, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler-9, jogurt -7 , por, masło klarowane, przyprawy, koperek, natka pietruszki, czosnek)	Spaghetti bolognese (makaron – 1a , schab, koncentrat pomidorowy, marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , czosnek, papryka czerwona, przyprawy), ser żółty - 7 , kompot truskawkowy
23.09.2026 środa	Kuskus na mleku (mleko 2% - 7, kuskus- 1a), pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), pata jajeczna (jajko-3, masło-7 , kalafior, szczypiorek), ogórek kiszony, herbata owocowa z miodem	Kisiel jagodowy wyrób własny	Żur (zakwas naturalny, marchewka, pietruszka, por, seler - 9 , ziemniaki, chrzan, czosnek, przyprawy, jogurt - 7)	Pierogi własne z duszoną cebulką (ziemniaki, twaróg-7, mąka pszenna-1a , cebula, masło klarowane, przyprawy), jogurt – 7 , woda pomarańczowa
24.09.2026 czwartek	Płatki kukurydziane na mleku (mleko 2% - 7, płatki kukurydziane), pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), jajko -3, ser żółty -7 , mix sałat, herbata owocowa z miodem	Pieczone jabłko z maliną	Krem z dyni (dynia, ziemniaki, marchew, seler-9 , czosnek, masło klarowane, natka pietruszki, przyprawy)	Kotleciki z indyka z cukinią (filet z indyka, cukinia, marchewka, pietruszka, seler-9 , por), sos jarzynowy (marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , przyprawy), kasza jęczmienna-1c , surówka z kapusty pekińskiej, kompot malinowy
25.09.2026 piątek	Płatki orkiszowe na mleku (mleko2% - 7, płatki orkiszowe – 1e), pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), jajko-3, serek wiejski – 7 , pomidor malinowy, herbata owocowa z miodem	Deserek monte (mleko 2%-7, kasza manna-1a , kakao, cukier waniliowy) wyrób własny	Ogórkowa (ogórki kiszone, ziemniaki, marchewka, por, pietruszka, czosnek, seler – 9 , natka pietruszki, koperek, przyprawy, jogurt - 7)	Ryż z jabłkiem i cynamonem, mus truskawkowy, surówka z marchewki, kompot truskawkowy
28.09.2026 poniedziałek	Kasza manna na mleku (mleko2%-7, kasza manna-1a) pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny-1a, graham – 1a, żytni-1b, masło 82%-7) , jajko -3 , szynka drobiowa, papryka czerwona, herbata owocowa z miodem	Ciasteczka ryżowe (kleik ryżowy, masło – 7, mąka ryżowa, jajko-3 , cukier waniliowy) wyrób własny	Zupa z soczewicy (soczewica, ziemniaki, por, marchew, seler-9 , pietruszka, czosnek, masło klarowane, koperek, natka pietruszki, przyprawy)	Gulasz z indyka z warzywami (filet z indyka, marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , czosnek, papryka czerwona, przyprawy), kasza gryczana, kompot wieloowocowy.



Wszystkie potrawy są przygotowywane od podstaw przez naszych kucharzy Żłobka Miejskiego nr 1 „Krasnal” a obróbka termiczna odbywa się w piecu konwekcyjno-parowym.

**Informujemy, że między posiłkami podawana jest dzieciom woda do picia*

**Z przyczyn niezależnych od nas planowane menu może ulec małym zmianom*

Informacja dla Rodziców: Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności

Legenda:

1. Zboża zawierające gluten
1a) pszenica, 1b) żyto, 1c) jęczmień, 1d) owies, 1e) orkisz, 1f) kamut
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
8a) migdały, 8b) orzechy laskowe, 8c) orzechy włoskie, 8d) orzechy nerkowca, 8e) orzechy pekan, 8f) orzechy brazylijskie, 8g) pistacje
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Średnia porcja i gramatura posiłków:

Śniadanie: kawa inka, kakao, herbata – 150ml, zupa mleczna – 200ml, pieczywo – 20gr, masło – 6gr, wędliny – 10gr, ser żółty – 5gr, twaróg – 10-15gr, pomidor, ogórek zielony, ogórek kiszony, papryka, rzodkiewka itp. – 50g

II Śniadanie: jogurty – 100ml, desery mleczne – 100gr, owoce – 100gr

Obiad: Zupa – 250ml, ziemniaki – 100gr, mięso – 30gr, ryba – 20gr, surówki – 50-100gr, kompot – 150ml, pierogi – 150gr, naleśniki – 150gr, kopytka – 100gr, kluski śląskie – 100gr, makarony – 30gr, kasze – 30gr, ryż – 30gr