



Jadłospis dla dzieci od 1-3 lat

Data	Śniadanie	II Śniadanie	Zupa	II Danie
13.10.2026 wtorek	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 , szynka drobiowa, ogórek kiszony, herbata owocowa z miodem	Melon	Krupniczek (kasza jęczmienna – 1c, seler – 9 , pietruszka, marchewka, por, czosnek, koperek, natka pietruszki, przyprawy)	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 wieloowocowy
14.10.2026 środa	Płatki owsiane na mleku (mleko 2%-7 , płatki owsiane-1d) pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny-1a, graham – 1a, żytni-1b, masło 82%-7, serek wiejski – 7 , pomidor malinowy, herbata owocowa z miodem,	Pieczone ziemniaki z sosem tzatzyki (jogurt -7)	Ogórkowa (ogórki kiszone, ziemniaki, marchew, seler-9 , pietruszka czosnek, masło klarowane, jogurt – 7 , natka pietruszki, koperek, przyprawy)	Naleśniki z twarogiem (mąka pszenna-1a, mleko2% - 7, jajko-3, twaróg – 7 , cukier waniliowy), mus truskawka-mango, surówka z marchewki, kompot truskawkowy
15.10.2026 czwartek	Patki orkiszowe na mleku (mleko 2%-7, płatki orkiszowe – 1e) pieczywo mieszane z masłem, (chleb pszenny-1a, graham – 1a, żytni-1b, masło 82%-7) szynka drobiowa, jajko-3 , papryka czerwona, sałata, herbata owocowa z miodem	Banan	Kalafiorowa (kalafior, ziemniaki, masło klarowane, marchewka, pietruszka, por, seler-9 , czosnek, natka pietruszki, przyprawy, jogurt - 7)	Gulasz drobiowy z warzywami (filet z indyka, marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , czosnek, papryka czerwona, przyprawy), ryż, kompot porzeczkowy.
16.10.2026 piątek	Płatki ryżowe na mleku(mleko 2% - 7 , płatki ryżowe), pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), jajecznicza-3, ogórek zielony, herbata owocowa z miodem	Szarlotka (jabłka, mąka pszenna – 1a, jajko-3 , cukier waniliowy, cynamon) wyrób własny	Pomidorowa z kuskusem (kasza kuskus – 1a , koncentrat pomidorowy, marchew, seler-9 , pietruszka, jogurt -7 , masło klarowane, natka pietruszki, przyprawy)	Paluszki z łososia (filet z łososia-4, jajko-3 , cebula, czosnek, przyprawy) sos koperkowy (koperek, seler-9 , pietruszka, cebula, przyprawy), surówka z kapusty kiszonej, ziemniaki, woda cytrynowa
19.10.2026 poniedziałek	Kasza manna na mleku (mleko 2% - 7,kasza manna– 1a), pieczywo mieszane z masłem, (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), twaróg-7 ze szczypiorkiem, pomidor malinowy, herbata owocowa z miodem	Kisiel truskawkowy wyrób własny	Brokułowa (brokuł, ziemniaki, masło klarowane, marchewka, pietruszka, por, seler-9 , czosnek, natka pietruszki, przyprawy, jogurt - 7)	Spaghetti bolognese (makaron – 1a , schab, koncentrat pomidorowy, marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , czosnek, papryka czerwona, przyprawy), ser żółty - 7 , kompot wieloowocowy



20.10.2026 wtorek	Ryż na mleku (mleko 2% - 7 , ryż) pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), szynka drobiowa, jajko-3 , papryka czerwona, herbata owocowa z miodem	Banan	Żurek (zakwas naturalny, marchewka, pietruszka, por, seler - 9 , ziemniaki, chrzan, czosnek, przyprawy, jogurt - 7)	Kotleciki z indyka z cukinią (filet z indyka, cukinia, marchewka, pietruszka, seler-9 , por), sos jarzynowy (marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , przyprawy), ziemniaki, buraczki na ciepło, woda cytrynowa
21.10.2026 środa	Płatki jęczmienne na mleku (mleko 2% - 7 , płatki jęczmienne- 1c), pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), pata rybna (ryba-4, masło-7 , warzywa), ogórek kiszony, herbata owocowa z miodem	Maślanka Chrupki kukurydziane	Zupa z soczewicy (soczewica, ziemniaki, por, marchew, seler-9 , pietruszka, czosnek, masło klarowane, koperek, natka pietruszki, przyprawy)	Makaron z twarogiem (makaron- 1a, twaróg -7), mus truskawka-jabłko, surówka z marchewki, kompot jabłkowy
22.10.2026 czwartek	Kasza kuskus na mleku (mleko 2% - 7 , kuskus-1a), 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	Jabłko	Jarzynowa (kalafior, brokuł, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler-9 , jogurt -7 , por, masło klarowane, przyprawy, koperek, natka pietruszki, czosnek)	Gulasz ze schabu z warzywami (schab, marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , czosnek, papryka czerwona, przyprawy), kasza jęczmienna-1c , kompot malinowy.
23.10.2026 piątek	Kasza kukurydziana na mleku (mleko2% - 7 , kasza kukurydziana), pieczywo mieszane z masłem (chleb pszenny – 1a, graham – 1a, żytni – 1b, masło 82% - 7), jajecznicza - 3 , mix sałat, herbata owocowa z miodem	Ciasteczka ryżowe (kleik ryżowy, masło – 7 , mąka ryżowa, jajko-3 , cukier waniliowy) wyrób własny	Kapuśniak z brukselki (brukselka, ziemniaki, marchewka, por, pietruszka, czosnek, seler – 9 , masło klarowane, natka pietruszki, koperek, przyprawy)	Kotleciki rybne z warzywami (ryba - 4 , seler-9 , marchewka, pietruszka, przyprawy), ziemniaki, sos jarzynowy (marchewka, pietruszka, seler – 9), surówka z kiszonej kapusty, woda pomarańczowa
26.10.2026 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, ogórek kiszony, herbata owocowa z miodem	Kisiel malinowy wyrób własny	Rosół z makaronem (filet z kurczaka, makaron – 1a, seler – 9 , pietruszka, marchewka, por, cebula, natka pietruszki, czosnek, przyprawy)	Potrąwka z kurczaka (filet z kurczaka, marchewka, pietruszka, por, seler – 9 , przyprawy), ziemniaki, mizeria (ogórek zielony, jogurt – 7), kompot agrestowy



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