

04-05.05.2023 W

CZWARTEK

Śniadanie: Pieczywo graham, masło, pasta humus, rzodkiewka 50g. Kawa zbożowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, humus, rzodkiewka, kawa zbożowa- gluten, mleko

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. Gulasz z tofu z warzywami 80g/20g, kasza jęczmienna 150g. Woda 200ml.

Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, makaron- gluten; tofu- soja, marchewka, pietruszka, mąka- gluten, kasza jęczmienna- gluten

Podwieczorek: Wyrób własny- Smoothie truskawkowe 150g., pieczywo chrupkie 2szt.

Skład: jogurt naturalny- mleko, truskawki, pieczywo chrupkie- gluten

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

PIĄTEK

Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. Herbata malinowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, jajko, szczypiorek

II Śniadanie: Banan

Obiad: Krem dyniowo-marchwiowy z grzankami 300ml. Burger rybny 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty kiszonej 70g. Woda 200ml.

Skład: dynia, marchew, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; mintaj- ryba, jajko, marchewka, groszek zielony, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta kiszona

Podwieczorek: Wyrób własny- Drożdżówka z konfiturą wiśniową 1szt.

Skład: mąka- gluten, jajko, mleko, drożdże, konfitura wiśniowa

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.