

04-08.03.2024 G

PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, polędwica drobiowa miodowa, papryka/ser salami, rzodkiewka 100g. Herbata malinowa 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z piersi kurcząt 93%, ser- mleko, papryka, rzodkiewka
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa dyniowa z ryżem 300ml. Gulasz z indyka i warzyw 80g/20g, kasza jaglana 130g. Woda 200ml.
Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; mięso z indyka, marchewka, pietruszka, kasza jaglana
- Podwieczorek: Wyrób własny- Serek brzoskwińno-bananowy 70g., chrupki kukurydziane
Skład: ser- mleko, brzoskwinia, banan, chrupki kukurydziane
- II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

WTOREK

- Śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo bezglutenowe, masło, pomidor, ogórek zielony, sałata 50g. Herbata owocowa 200ml.
Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, pomidor, ogórek zielony, sałata
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 300ml. Filet z kurczaka na parze 80g, ziemniaki 100g, colesław 70g. Woda 200ml.
Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, makaron bezglutenowy; filet z kurczaka, ziemniaki, kapusta biała, marchewka, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Sok tłoczony z jabłek (bez cukru) 150ml., pieczywo bezglutenowe, masło 50g.
Skład: jabłka, pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko
- II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

ŚRODA

- Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, pasta z tuńczyka i sera z pieczoną papryką/ser żółty, ogórek kiszony 100g. Herbata wiśniowa 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, tuńczyk- ryba, ser- mleko, ser- mleko, papryka, ogórek kiszony
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Krem brokułowy z grzankami bezglutenowymi 300ml. Ryż 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Woda 200ml.
Skład: brokuły, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki bezglutenowe; ryż, truskawki, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z indyka, sałata 70g.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z indyka 90%, sałata
- II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

CZWARTEK

- Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka wiejska, rzodkiewka/twarożek ze szczypiorkiem 100g. Kakao 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 104g/100g, ser- mleko, rzodkiewka, szczypiorek, kakao, mleko
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Jajko sadzone 1szt, ziemniaki 100g, marchewka z groszkiem 70g. Woda 200ml.
Skład: ogórki kiszane, marchew, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ryż; jajko, ziemniaki, marchewka, groszek zielony
- Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto bezglutenowe 1szt.
Skład: mąka bezglutenowa, jajko, olej
- II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, ser biały, ogórek zielony/miód 100g. Herbata z cytryną 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, ser- mleko, miód wielokwiatowy, ogórek zielony
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa ziemniaczana 300ml. Naleśniki bezglutenowe z jabłkami 160g., i musem brzoskwinia-mango z jogurtem naturalnym 70ml/30ml. Woda 200ml.
Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; naleśniki: mąka bezglutenowa, mleko, jajko, jabłka; brzoskwinia, mango, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Zapiekanka na chlebie bezglutenowym z szynką i serem 1szt.
Skład: pieczywo bezglutenowe, ser- mleko, szynka delikatesowa z piersi indyka 90%, przecier pomidorowy 30%, przyprawy ziołowe, ketchup
- II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.