

12-16.02.2024 G

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, twarożek z rzodkiewką/miód 100g. Herbata wiśniowa 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, ser- mleko, miód wielokwiatowy, rzodkiewka

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml. Makaron bezglutenowy 150g z polewą truskawkowo-jogurtową 100ml/50ml. Woda 200ml.

Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; makaron bezglutenowy, truskawki, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, polędwica sopocka, sałata 70g.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 89%, sałata

II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

WTOREK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, polędwica z indyka, papryka/pasta z sera z suszonymi pomidorami 100g. Mleko 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z indyka 93%, ser- mleko, papryka, suszone pomidory, mleko

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa brokułowa z ryżem 300ml. Schab wieprzowy pieczony w sosie własnym 80g/20g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty białej z koperkiem 70g. Woda 200ml.

Skład: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; schab wieprzowy, ziemniaki, kapusta biała, koperek

Podwieczorek: Wyrób własny- Kisiel owocowy 200ml., Ciastko bezglutenowe 1szt.

Skład: owoce, mąka ziemniaczana; mąka bezglutenowa, olej, jajko

II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

ŚRODA

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, jajko gotowane, ogórek zielony 100g. Herbata malinowa 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, jajko, ogórek zielony

II Śniadanie: Banan

Obiad: Krem z pomarańczowych warzyw z grzankami bezglutenowymi 300ml. Pyzy ziemniaczane z cebulką 4szt. Woda 200ml.

Skład: marchew, dynia, bataty, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki bezglutenowe; ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka ryżowa, cebula

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, rolada serowa, pomidor 100g.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, ser- mleko, pomidor

II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

CZWARTEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z kurcząt, rzodkiewka/ser żółty, ogórek kiszony 100g. Herbata z cytryną 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z piersi kurcząt 90%, ser- mleko, rzodkiewka, ogórek kiszony

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa wiejska z ziemniakami 300ml. Paski z indyka w sosie pomidorowym 80g/20g, ryż z kurkumą, marchewką i groszkiem 100g. Woda 200ml.

Skład: marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki; filet z indyka, przecier pomidorowy 30%, śmietana 18%- mleko, ryż, kurkuma, marchewka, groszek zielony

Podwieczorek: Wyrób własny- Serek brzoskwinowy 70g., chrupki kukurydziane.

Skład: ser- mleko, brzoskwinia, chrupki kukurydziane

II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

PIĄTEK

Śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo bezglutenowe, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. Herbata owocowa 200ml.

Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, ogórek zielony, pomidor, sałata

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa rosół z makaronem bezglutenowym 300ml. Medalion ryбно-jajeczny 80g, ziemniaki puree 100g, surówka z kapusty kiszonej 70g. Woda 200ml.

Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron bezglutenowy; mintaj- ryba, jajko, ziemniaki, mleko, kapusta kiszona

Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto bezglutenowe 1szt.

Skład: mąka bezglutenowa, jajko, olej

II Podw: Kanapka bezglutenowa 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.