

08-12.04.2024 G

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, ser żółty, papryka/powidło śliwkowe 100g. Herbata wiśniowa 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, ser- mleko, powidło śliwkowe, papryka

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa szczawiowa z ryżem 300ml. Kluski śląskie z masłem 7szt. Woda 200ml.

Skład: szczaw, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż, ziemniaki, mąka ziemniaczana, masło 82%- mleko

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z kurcząt, pomidor 70g.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z piersi kurcząt 90%, pomidor

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, 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 z indyka 80g, ziemniaki puree 100g, surówka z marchewki tartej z jabłkiem 70g. Woda 200ml.

Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seleń, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron bezglutenowy; filet z indyka, jajko, ziemniaki, mleko, marchewka, jabłko

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

SRODA

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, parówka z szynki, papryka 100g. Herbata malinowa 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, parówka z szynki 93%, papryka

II Śniadanie: Banan

Obiad: Zupa warzywna 300ml. Makaron bezglutenowy 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Woda 200ml.

Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, przyprawy ziołowe, ziemniaki; makaron bezglutenowy, truskawki, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, ser żółty, ogórek kiszony 50g.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, ser- mleko, ogórek kiszony

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

CZWARTEK

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

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

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa dyniowa z ryżem 300ml. Schab wieprzowy pieczony w sosie własnym 80g/20g, kasza jaglana 130g, buraki 70g. Woda 200ml.

Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; schab wieprzowy, kasza jaglana, buraki

Podwieczorek: Wyrób własny- Jogurt owoce leśne 100ml., pieczywo bezglutenowe, masło 50g.

Skład: jogurt naturalny- mleko, owoce leśne, pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

PIĄTEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, polędwica z indyka, sałata/ser salami, rzodkiewka 100g. Mleko 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z indyka 93%, ser- mleko, sałata, rzodkiewka, mleko

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Krem z papryki i pomidorów z grzankami bezglutenowymi 300ml. Burger rybny 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty kiszonej 70g. Woda 200ml.

Skład: papryka, pomidory, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki bezglutenowe; mintaj- ryba, jajko, marchewka, groszek zielony, ziemniaki, kapusta kiszona

Podwieczorek: Wyrób własny- Muffinka bezglutenowa z owocami 1szt.

Skład: mąka bezglutenowa, jajko, olej, owoce

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.