

13-17.05.2024 N6 bez orzechów

- PONIEDZIAŁEK**
- Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, margaryna, szynka drobiowa, papryka 100g. Kawa zbożowa na mleku kokosowym 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, mięso z kurcząt 90%, papryka, kawa zbożowa- gluten, mleko kokosowe
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Gulasz z indyka i warzyw 80g/20g, kasza wiejska 150g. Woda 200ml.
Skład: ogórki kiszone, marchew, pietruszka, przyprawy ziołowe, ryż; mięso z indyka, warzywa, maka- gluten, kasza wiejska- gluten
- Podwieczorek: Jogurt wegański 100ml., wafle ryżowe 2szt.
Skład: jogurt wegański, wafle ryżowe
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna
- WTOREK**
- Śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem kokosowym 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo razowe, margaryna, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. Herbata wiśniowa 200ml.
Skład: płatki kukurydziane, mleko kokosowe, pieczywo- gluten, margaryna, ogórek zielony, pomidor, sałata
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa pomidorowa z zacierką 300ml. Kotlet pożarski 80g, ziemniaki 100g, surówka z buraków, jabłka i ogórka kiszzonego 70g. Woda 200ml.
Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, zacierka: maka- gluten, jajko; mięso z kurczaka, mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, buraki, jabłko, ogórek kiszony
- Podwieczorek: Banan, pałki kukurydziane.
Skład: banan, pałki kukurydziane
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna
- SRODA**
- Śniadanie: Pieczywo graham, margaryna, parówka z szynki, pomidor 100g. Herbata malinowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, parówka z szynki 93%, pomidor
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa z zielonych warzyw z grzankami 300ml. Kopytka bezmleczne 10szt. Woda 200ml.
Skład: brokuły, groszek zielony, fasolka szparagowa zielona, cukinia, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; ziemniaki, maka- gluten, jajko
- Podwieczorek: Pieczywo pszenno-żytnie, margaryna, pasta jajeczna z rzodkiewką 50g.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, jajko, rzodkiewka
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna
- CZWARTEK**
- Śniadanie: Pieczywo żytnie, margaryna, szynka z indyka, ogórek zielony 100g. Herbata z cytryną 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, mięso z indyka 90%, ogórek zielony
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa dyniowa z makaronem 300ml. Udziec z kurczaka pieczony bez kości 80g, ziemniaki 100g, marchewka z groszkiem 70g. Woda 200ml.
Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, makaron- gluten; udziec z kurczaka, ziemniaki, marchewka, groszek zielony
- Podwieczorek: Sok tłoczony z jabłek (bez cukru) 150ml., weka, margaryna.
Skład: jabłka, pieczywo- gluten, margaryna
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna
- PIĄTEK**
- Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, margaryna, jajko gotowane, rzodkiewka 100g. Herbata owocowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, jajko, rzodkiewka
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. Racuchy bezmleczne z jabłkami 2szt., i musem owocowym 70ml. Woda 200ml.
Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, kasza wiejska- gluten, ziemniaki; racuchy: maka-gluten, mleko kokosowe, jajko, jabłka; owoce
- Podwieczorek: Bułka razowa, margaryna, szynka wiejska, sałata 70g.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, mięso wieprzowe 104g/100g, sałata
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.