

01-05.07.2024 G

PONIEDZIAŁEK

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

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

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa szczawiowa z ryżem 300ml. Kluski śląskie 5szt., z musem porzeczkowo-jogurtowym 70ml/30ml. Woda 200ml.

Skład: szczaw, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; ziemniaki, mąka ziemniaczana; czerwona porzeczka, jogurt naturalny- 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, masło 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 koperkowa z ryżem 300ml. Udziec z kurczaka pieczony bez kości 80g, ziemniaki młode 100g, mizeria 70g. Woda 200ml.

Skład: koperk, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; udziec z kurczaka, ziemniaki, ogórek zielony, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto bezglutenowe 1szt.

Skład: mąka bezglutenowa, jajko, olej

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

ŚRODA

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z indyka, ogórek kiszony/ser salami, sałata 100g. Herbata malinowa 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z indyka 90%, ser- mleko, ogórek kiszony, sałata

II Śniadanie: Banan

Obiad: Zupa ziemniaczana 300ml. Kluski śląskie z cebulką 5szt. Woda 200ml.

Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; ziemniaki, mąka ziemniaczana; cebula

Podwieczorek: Wyrób własny- Serek truskawkowy 70g., pieczywo bezglutenowe, masło 50g.

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

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

CZWARTEK

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

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

II Śniadanie: Arbuz 100g

Obiad: Krem z buraków z grzankami bezglutenowymi 300ml. Makaron bezglutenowy 150g z serem białym 50g. Woda 200ml.

Skład: buraki, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki bezglutenowe; makaron bezglutenowy, ser- mleko

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, ser żółty, pomidor 50g.

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

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

PIĄTEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, polędwica sopocka, rzodkiewka/twarożek z suszonymi pomidorami 100g. Mleko 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 89%, ser- mleko, rzodkiewka, suszone pomidory, mleko

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa rosół z makaronem bezglutenowym 300ml. Medalion rybno-jajeczny 80g, ziemniaki młode z koperkiem 100g, surówka z marchewki tartej 70g. Woda 200ml.

Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seleń, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron bezglutenowy; mintaj- ryba, jajko, ziemniaki, koperk, marchewka

Podwieczorek: Wyrób własny- Jabłko pieczone 1szt, wafle ryżowe 2szt.

Skład: jabłko, wafle ryżowe

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.