

# 10-14.06.2024 G

## PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, polędwica z indyka, ogórek kiszony/ser żółty, papryka 100g.  
Herbata malinowa 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z piersi indyka 93%, ser- mleko, ogórek kiszony, papryka

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa szczawiowa z ryżem 300ml. Spaghetti bolognese bezglutenowe 200g. Woda 200ml.

Skład: szczaw, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; makaron bezglutenowy, mięso mielone wieprzowe, marchewka, cebula, przecier pomidorowy 30%

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

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

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 wiśniowa 200ml.

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

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 300ml. Filet z kurczaka na parze 80g, ziemniaki 100g, mizeria 70g. Woda 200ml.

Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, makaron bezglutenowy; filet 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

## SRODA

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, pasta z tuńczyka i sera z rzodkiewką/rolada serowa, ogórek zielony 100g. Herbata owocowa 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, tuńczyk- ryba, ser- mleko, rzodkiewka, ogórek zielony

II Śniadanie: Banan

Obiad: Zupa wiejska z ziemniakami 300ml. Kluski śląskie z masełkiem 5szt. Woda 200ml.

Skład: marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki; ziemniaki, mąka ziemniaczana, masło 82%- mleko

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka pierś maślana, sałata 70g.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z piersi kurcząt 85%, sałata

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

## CZWARTEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka wiejska, papryka/pasta z sera z suszonymi pomidorami 100g. Kakao 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 104g/100g, ser- mleko, papryka, suszone pomidory, kakao, mleko

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa koperkowa z ryżem 300ml. Gołąbek meksykański z mięsem wieprzowym w sosie pomidorowym 80g/20g, ziemniaki 100g, surówka z marchewki tartej 70g. Woda 200ml.

Skład: koperek, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; mięso wieprzowe, cebula, ryż, kapusta biała, przecier pomidorowy 30%, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, marchewka

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

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

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

## PIĄTEK

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

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

II Śniadanie: Arbuza 100g

Obiad: Krem z cukinii i kukurydzy z grzankami bezglutenowymi 300ml. Naleśniki bezglutenowe z jabłkami 160g, i musem jabłkowo-brzoskwińno-jogurtowym 70ml/30ml. Woda 200ml.

Skład: cukinia, kukurydza, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki bezglutenowe; naleśniki: mąka bezglutenowa, mleko, jajko, jabłka; jabłko, brzoskwinia, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, parówka z szynki, ogórek zielony do chrupania 50g.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, parówka z szynki 93%; ogórek zielony

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.