

24-28.06.2024 G

PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo bezglutenowe, masło, pomidor, ogórek zielony, sałata 50g. Herbata owocowa 200ml.
Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, pomidor, ogórek zielony, sałata
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 300ml. Ryż 150g z mussem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Woda 200ml.
Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, makaron bezglutenowy; ryż, truskawki, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka rubinkowa, papryka 70g.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 87%, papryka
- II Podw: Kanapka bezglutenowa, masło 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

WTOREK

- Śniadanie: Wyrób własny- Serek waniliowy 70g, pieczywo bezglutenowe, masło 100g. Herbata z cytryną 200ml.
Skład: ser- mleko, wanilia, pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Sznyceł 80g, ziemniaki puree 100g, buraki 70g. Woda 200ml.
Skład: ogórki kiszane, marchew, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ryż; mięso wieprzowe, jajko, ziemniaki, mleko, buraki
- Podwieczorek: Sok tłoczony z jabłek (bez cukru) 150ml., pieczywo bezglutenowe, masło 50g.
Skład: jabłka, pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko
- II Podw: Kanapka bezglutenowa, masło 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

SRODA

- Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z piersi fileta, ogórek zielony/twarożek z rzodkiewką 100g. Kakao 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z kurczaka 84%, ser- mleko, ogórek zielony, rzodkiewka, kakao, mleko
- II Śniadanie: Arbuzy 100g
- Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml. Polędwiczki drobiowe w sosie śmietanowo-brokułowym 80g/20g, kasza jagłana 130g, bukiet warzyw gotowanych 70g. Woda 200ml.
Skład: buraki, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki; polędwiczki drobiowe, brokuły, śmietana 18%- mleko, kasza jagłana, warzywa
- Podwieczorek: Wyrób własny- Muffinka bezglutenowa marchewkowa 1szt.
Skład: mąka bezglutenowa, jajko, olej, marchewka
- II Podw: Kanapka bezglutenowa, masło 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

CZWARTEK

- Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, pasta z łososia i sera z pieczoną papryką/ser żółty, sałata 100g. Herbata wiśniowa 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, łosoś- ryba, ser- mleko, ser- mleko, papryka, sałata
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa wiosenna z natką pietruszki 300ml. Talarki z indyka z warzywami i kaszą jagłaną 80g, ziemniaki 100g, colesław 70g. Woda 200ml.
Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki, natka pietruszki; mięso z indyka, warzywa, kasza jagłana, jajko, ziemniaki, kapusta biała, marchewka, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Smoothie owoce leśne 150ml., chrupki kukurydziane
Skład: jogurt naturalny- mleko, owoce leśne, chrupki kukurydziane
- II Podw: Kanapka bezglutenowa, masło 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, parówka z szynki, pomidor 100g. Herbata malinowa 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, parówka z szynki 93%, pomidor
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Krem brokułowy z grzankami bezglutenowymi 300ml. Kluski śląskie ze śmietanką 5szt/40ml. Woda 200ml.
Skład: brokuły, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki bezglutenowe; ziemniaki, mąka ziemniaczana, śmietana 18%- mleko
- Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, pasta z jajka i sera żółtego z rzodkiewką i szczypiorkiem 50g.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, ser żółty- mleko, majonez- jajko, śmietana 12%- mleko, jajko, rzodkiewka, szczypiorek
- II Podw: Kanapka bezglutenowa, masło 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.