

23-27.09.2024 G

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z kurcząt, rzodkiewka/pasta z sera ze szczypiorkiem 100g. Herbata wiśniowa 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z piersi kurcząt 90%, ser- mleko, rzodkiewka, szczypiorek

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa dyniowa z ryżem 300ml. Kluski śląskie z cebuką 5szt. Woda 200ml.

Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż; ziemniaki, mąka ziemniaczana, cebula

Podwieczerek: Pieczywo bezglutenowe, masło, ser żółty, sałata 50g.

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

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 rosół z makaronem bezglutenowym 300ml. Sznyceł 80g, ziemniaki puree 100g, buraki 70g. Woda 200ml.

Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seleń, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron bezglutenowy; mięso wieprzowe, jajko, ziemniaki, mleko, buraki

Podwieczerek: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z indyka, pomidor 50g.

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

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

SRODA

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

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

II Śniadanie: Banan

Obiad: Zupa ziemniaczana 300ml. Makaron bezglutenowy 150g z serem białym 50g. Woda 200ml.

Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; makaron bezglutenowy, ser- mleko

Podwieczerek: Pieczywo bezglutenowe, masło, polędwica sopocka, rzodkiewka 70g.

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

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

CZWARTEK

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: Jabłko 150g

Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Udziec z kurczaka pieczony bez kości 80g, kasza jaglana 130g, marchewka z groszkiem zielonym 70g. Woda 200ml.

Skład: ogórki kiszane, marchew, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ryż; udziec z kurczaka, kasza jaglana, marchewka, groszek zielony

Podwieczerek: 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, masło 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

PIĄTEK

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

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

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Krem z pomidorów i papryki z grzankami bezglutenowymi 300ml. Medalion rybno-jajeczny 80g, ziemniaki 100g, kapusta kiszona 70g. Woda 200ml.

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

Podwieczerek: Wyrób własny- Ciasto bezglutenowe z porzeczkami 1szt.

Skład: mąka bezglutenowa, jajko, olej, czerwona porzeczka

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

Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.