30.12.2024-03.01.2025 G

PONIEDZIAŁEK

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, ogórek zielony

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa dyniowa z makaronem bezglutenowym 300ml Kluski śląskie z masełkiem 5szt. Kompot 200ml.

 Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, makaron bezglutenowy; ziemniaki, mąka ziemniaczana, masło 82%- mleko

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z indyka, pomidor 70g.

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

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

 Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%

WTOREK

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

 Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko,, ser- mleko, rzodkiewka, szczypiorek

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Krem z zielonych warzyw z grzankami bezglutenowymi 300ml. Gulasz z indyka 80g/20g, kasza jaglana 150g, ogórek kiszony 70g. Kompot 200ml.

. Skład: brokuły, groszek zielony, fasolka szparagowa zielona, cukinia, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki bezglutenowe; mięso z indyka, , kasza jaglana, ogórek kiszony

Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto bezglutenowe 1szt.

 Skład: mąka bezglutenowa, jajko, olej

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

 Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%

**ŚRODA NOWY ROK**

CZWARTEK

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka z kurcząt, ogórek kiszony 100g. Herbata wiśniowa 200ml.

 Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%- mleko, mięso z piersi kurcząt 90%, ogórek kiszony

II Śniadanie: Banan

Obiad: Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 300ml.. Makaron bezglutenowy 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Kompot 200ml.

 Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki, natka pietruszki; makaron bezglutenowy, truskawki, jogurt naturalny- mleko

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

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

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

 Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%

PIĄTEK

Śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo bezglutenowe, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. Herbata owocowa 200ml.

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

II Śniadanie: Marchewka do chrupania 40g

Obiad: Zupa rosół z makaronem bezglutenowym 300ml Kotlet rybno-jajeczny 80g, ziemniaki 100g, kapusta kiszona 70g. Kompot 200ml.

 Skład kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron bezglutenowy; mintaj- ryba, jajko, ziemniaki, kapusta kiszona

Podwieczorek: Wyrób własny- Serek malinowy 70g., wafle ryżowe 2szt.

 Skład: ser- mleko, maliny, wafle ryżowe

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

 Skład: pieczywo bezglutenowe, masło 82%

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.