

22.11-26.11.21

Jadłospis – dieta podstawowa

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Owsianka z bananem i cynamonem na mleku owoc sezonowy	Chleb razowy + masło + pasta jajeczna ze szczypiorkiem + ser żółty + wędlina + warzywa owoc sezonowy	Chleb słonecznikowy + masło + ser żółty + wędlina + warzywa owoc sezonowy	Orzechowa granola z żurawiną + mleko owoc sezonowy	Chleb słonecznikowy + masło + pasta twarogowa z tuńczykiem i szczypiorkiem + ser żółty + warzywa owoc sezonowy
Alergeny	1,7	1,3,7	1,7	1,7	1,3,4,7
Obiad	Pomidorowa z kaszą jaglaną zabieleną śmietaną Potrawka z kurczaka z warzywami podana z ryżem	Krem z kalafiora z groszkiem ptysiowym Pieczone udko z kurczaka w kremowym sosie + ziemniaki puree + buraczki na ciepło	Jarzynowa z kaszą manną i natką pietruszki Pieczeń rzymska z jajkiem w sosie pieczeniowym + kasza gryczana + marchewka z groszkiem na ciepło	Żur Śląski na domowym zakwasie Kartacze z mięsem okraszone masłem i prażoną cebulką	Barszcz ukraiński z ziemniakami zabieleny śmietaną Makaron penne z musem truskawkowym, twarogiem i wiórkami kokosowymi
Alergeny	1,7,9	1,7,9	1,3,7,9	1,7,9	1,7,9
Podwieczorek	Chleb słonecznikowy + masło + wędlina + ser żółty + wędlina	Koktajl owocowy na maślanie + wafle	Ryż z jabłkiem i cynamonem	Domowa chałka z kruszonką + masło + dżem truskawkowy + miód + twarożek z miodem	Domowe ciasto czekoladowe z budyniem
Alergeny	1,7	1,7		1,3,7	1,3,7

Jadłospis – dieta bezglutenowa

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Owsianka z bananem i cynamonem na mleku owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło roślinny + pasta jajeczna ze szczypiorkiem + warzywa owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina+ wędlina owoc sezonowy	Orzechowa granola z żurawiną + mleko owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + pasta twarogowa z tuńczykiem i szczypiorkiem + ser żółty + warzywa owoc sezonowy
Alergeny	7	3,7	7	7	3,4,7
Obiad	Pomidorowa z kaszą jaglaną zabieleną śmietaną Potrawka z kurczaka z warzywami podana z ryżem	Krem z kalafiora z grzankami bezglutenowymi Pieczone udko z kurczaka w kremowym sosie + ziemniaki puree + buraczki na ciepło	Jarzynowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki Pieczeń rzymska z jajkiem w sosie pieczeniowym + kasza gryczana + marchewka z groszkiem na ciepło	Żur Śląski na domowym zakwasie Kartacze z mięsem okraszone masłem i prażoną cebulką	Barszcz ukraiński z ziemniakami zabieleny śmietaną Makaron kukurydziany z musem truskawkowym, twarogiem i wiórkami kokosowymi
Alergeny	7,9	7,9	3,7,9	7,9	7,9
Podwieczorek	Chleb bezglutenowy + miód + ser żółty + wędlina + warzywa	Koktajl owocowy na maślanie + flipsy	Ryż z jabłkiem i cynamonem	Chleb bezglutenowy + masło + dżem truskawkowy + miód + twarożek z miodem	Gofry z owocami i budyniem
Alergeny	7	7	7	7	3,7

Jadłospis – dieta wegetariańska

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Owsianka z bananem i cynamonem na mleku owoc sezonowy	Chleb razowy + masło + pasta jajeczna ze szczypiorkiem + ser żółty + warzywa owoc sezonowy	Chleb słonecznikowy + masło + ser żółty + mozzarella z pomidorkami świeżą bazylią + warzywa owoc sezonowy	Orzechowa granola z żurawiną + mleko owoc sezonowy	Chleb słonecznikowy + masło + pasta twarogowa ze szczypiorkiem + ser żółty + warzywa owoc sezonowy
Alergeny	1,7	1,3,7	1,7	1,7	1,3,4,7
Obiad	Pomidorowa z kaszą jaglaną zabieleną śmietaną Potrawka z warzywami i ciecierzycą podana z ryżem	Krem z kalafiora z groszkiem ptysiowym Kotlety sojowe + ziemniaki puree + buraczki na ciepło	Jarzynowa z kaszą manną i natką pietruszki Pieczeń wegetariańska z jajkiem + kasza gryczana + marchewka z groszkiem na ciepło	Żur Śląski na domowym zakwasie Kartacze z brokułami i cebulką okraszone masłem i prażoną cebulką	Barszcz ukraiński z ziemniakami zabieleny śmietaną Makaron penne z musem truskawkowym, twarogiem i wiórkami kokosowymi
Alergeny	1,7,9	1,7,9	1,3,7,9	1,7,9	1,7,9
Podwieczorek	Chleb słonecznikowy + masło + ser żółty + wędlina	Koktajl owocowy na maślanie + wafle	Ryż z jabłkiem i cynamonem	Domowa chałka z kruszonką + masło + dżem truskawkowy + miód + twarożek z miodem	Domowe ciasto czekoladowe z budyniem
Alergeny	1,7	1,7		1,3,7	1,3,7