

### Jadłospis – dieta podstawowa EMS 3.02-7.02.25

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
II Śniadanie	Owsianka na mleku + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + wędlina + ogórek kiszony / mix sałat  + owoc sezonowy	Czekoladowa granola na mleku  + owoc sezonowy	Chleb razowy + masło + wędlina + ser żółty + pasta z pieczonego kurczaka z ogórkiem konserwowym i kukurydzą + kiełbaska wieprzowa + ketchup + czerwona papryka / rukola  + owoc sezonowy	Bułka pszenna (0,5 szt.) + masło + ser żółty + wędlina + twarożek śmietankowy + ogórek kiszony / sałata lodowa  + owoc sezonowy
Alergeny		1,7	1,3,7	1,3,7	1,7
Obiad	Pomidorowa z makaronem zabielana śmietaną  Kurczak po chińsku z warzywami podany z ryżem	Grysikowa ze świeżym koperkiem  Gzik poznański z pieczonymi ziemniakami	Rosół drobiowy z makaronem i natką pietruszki  Gulasz wieprzowy z papryką w pomidorach podany z kaszą gryczaną	Krem z brokułów + groszek ptysiowy  Kluski drożdżowe na parze w truskawkowym sosie na jogurcie greckim	Kalafiorowa z kaszą jaglaną zabielana śmietaną  Dorsz panierowany + gotowane ziemniaki z koperkiem + marchewka z jabłkiem
Alergeny	1,7,9	1,3,7,9	1,7,9	1,7,9	1,3,7,9
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + wędlina + warzywa	Mango lassi na jogurcie naturalnym z sokiem pomarańczowym i miodem	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + wędlina + warzywa	Warzywa słupki Marchew, ogórek zielony, papryka, + dip jogurtowy + pieczywo waza	Ciasto marchewkowe z kremem mascarpone (1 kawałek)
Alergeny	1,7	,7	7	7	1,3,7

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

### Jadłospis – dieta bezmleczna EMS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
II Śniadanie	Owsianka na napoju roślinnym  + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło roślinne + wędlina + ogórek kiszony / mix sałat  + owoc sezonowy	Czekoladowa granola na napoju roślinnym  + owoc sezonowy	Chleb razowy + masło roślinne + wędlina + pasta z pieczonego kurczaka z ogórkiem konserwowym i kukurydzą + kiełbaska wieprzowa (1 szt.) + ketchup + czerwona papryka / rukola  + owoc sezonowy	Bułka pszenna (0,5 szt.) + masło roślinne + wędlina + jajko na twardo + ogórek kiszony / sałata lodowa  + owoc sezonowy
Alergeny		1	1	1,3	1,3
Obiad	Pomidorowa z makaronem  Kurczak po chińsku z warzywami podany z ryżem	Grysikowa ze świeżym koperkiem  Jajko sadzone z pieczonymi ziemniakami i brokuły z pieca	Rosół drobiowy z makaronem i natką pietruszki  Gulasz wieprzowy z papryką w pomidorach podany z kaszą gryczaną	Krem z brokułów + groszek ptysiowy  Kopytka w truskawkowym sosie na jogurcie kokosowym	Kalafiorowa z kaszą jaglaną  Dorsz panierowany + gotowane ziemniaki z koperkiem + marchewka z jabłkiem
Alergeny	1,9	1,3,9	1,9	1,7,9	1,3,9
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy + masło roślinne + wędlina + warzywa	Mango lassi na jogurcie kokosowym z sokiem pomarańczowym i miodem	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy + masło roślinne + wędlina + warzywa	Warzywa słupek, Marchew, ogórek zielony, papryka, + dip pomidorowy + pieczywo waza	Ciasto marchewkowe z konfiturą (1 kawałek)
Alergeny	1	1			1,3,

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

### Jadłospis – dieta bezglutenowa EMS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
II Śniadanie	Owsianka na mleku  + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina + ogórek kiszony / mix sałat  + owoc sezonowy	Domowe musli z suszonymi owocami na mleku  + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + wędlina + ser żółty + pasta z pieczonego kurczaka z ogórkiem konserwowym i kukurydzą + kiełbaska wieprzowa (1 szt.) + ketchup + czerwona papryka / rukola  + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina + twarożek śmietankowy + ogórek kiszony / sałata lodowa  + owoc sezonowy
Alergeny		7	7	3,7	7
Obiad	Pomidorowa z makaronem ryżowym zabieleną śmietaną  Kurczak po chińsku z warzywami podany z ryżem	Grycikowa ze świeżym koperkiem  Gzik poznański z pieczonymi ziemniakami	Rosół drobiowy z makaronem ryżowym i natką pietruszki  Gulasz wieprzowy z papryką w pomidorach podany z kaszą gryczaną	Krem z brokułów + grzanki bezglutenowe  Kopytka w truskawkowym sosie na jogurcie greckim	Kalafiorowa z kaszą jaglaną zabieleną śmietaną  Dorsz panierowany + gotowane ziemniaki z koperkiem + marchewka z jabłkiem
Alergeny	7,9	3,7,9	7,9	7,9	3,7,9
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina + warzywa	Mango lassi na jogurcie naturalnym z sokiem pomarańczowym i miodem	Kolorowe kanapki Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina + warzywa	Warzywa słupki Marchew, ogórek zielony, papryka, + dip jogurtowy + pieczywo waza	Ciasto bananowo – czekoladowe z kokosem (1 kawałek)
Alergeny	7	7	7	7	

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

### Jadłospis – dieta wegetariańska EMS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
II Śniadanie	Owsianka na mleku  + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + ogórek kiszony / mix sałat  + owoc sezonowy	Czekoladowa granola na mleku  + owoc sezonowy	Chleb razowy + masło + ser żółty + pasta twarogowa z ogórkiem konserwowym i kukurydzą + kiełbaska wegetariańska (1 szt.) + ketchup + czerwona papryka / rukola  + owoc sezonowy	Bułka pszenna (0,5 szt.) + masło + ser żółty+ twarożek śmietankowy + ogórek kiszony / sałata lodowa  + owoc sezonowy
Alergeny		1,7	1,3,7	1,3,7	1,7
Obiad	Pomidorowa z makaronem zabielana śmietaną  Wegetariańska potrawka po chińsku z warzywami podany z ryżem	Grycikowa ze świeżym koperkiem  Gzik poznański z pieczonymi ziemniakami	Wywar warzywny z makaronem i natką pietruszki  Gulasz wieprzowy z papryką w pomidorach podany z kaszą gryczaną	Krem z brokułów + groszek ptysiowy  Kluski drożdżowe na parze w truskawkowym sosie na jogurcie greckim	Kalafiorowa z kaszą jaglaną zabielana śmietaną  Tofu panierowane + gotowane ziemniaki z koperkiem + marchewka z jabłkiem
Alergeny	1,7,9	1,3,7,9	1,7,9	1,7,9	1,3,7,9
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + warzywa	Mango lassi na jogurcie naturalnym z sokiem pomarańczowym i miodem	Kolorowe kanapki Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + warzywa	Warzywa słupki Marchew, ogórek zielony, papryka, + dip jogurtowy + pieczywo waza	Ciasto marchewkowe z kremem mascarpone (1 kawałek)
Alergeny	1,7	,7	7	7	1,3,7

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.