

Jadłospis – dieta podstawowa 14.04.2025 – 17.04.2025 EMS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek
II Śniadanie	Domowe musli z suszonymi daktylami na mleku + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + wędlina + talerz warzyw + owoc sezonowy	Granola żurawinowa na mleku + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło + twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką + ser żółty + mozzarella z pomidorem i świeżą bazylią + wędlina + talerz warzyw + owoc sezonowy
Alergeny	1,7	1,7	1,7	1,7
Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną zabieleną śmietanką Drobiowe spaghetti bolognese	Buraczana z ziemniakami zabieleną śmietanką Jajko gotowane w sosie szczypiorkowym + ziemniaki gotowane z koperkiem + fasolka szparagowa	Barszcz biały Pieczeń ze schabu w delikatnym sosie chrzanowym + ryż jaśminowy + gotowana biała kapusta z koperkiem	Rosół drobiowy z kaszą manną i natką pietruszki Pierogi z truskawkami w maśle
Alergeny	1,7,9	1,3,7,9	1,7,9	1,7,9
Podwieczorek	Chleb razowy słonecznikowy + masło + pasta gryczana z prażonym słonecznikiem + ser żółty + wędlina + talerz warzyw	Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym + flipsy	Bułka grahamka (0,5 szt.) + masło + ser żółty + wędlina + guacamole + talerz warzyw	Ryż z jabłkiem i cynamonem
Alergeny	1,7	7	1,7	

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

Jadłospis – dieta bezmleczna 14.04.2025 – 17.04.2025 EMS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek
II Śniadanie	Domowe musli z suszonymi daktylami na napoju roślinnym + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło roślinne + wędlina + talerz warzyw + owoc sezonowy	Granola żurawinowa na napoju roślinnym + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło roślinne + pasta jajeczna ze szczypiorkiem + wędlina) + talerz warzyw + owoc sezonowy
Alergeny	1	1	1	1,3
Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną Drobiowe spaghetti bolognese	Buraczana z ziemniakami Jajko gotowane w sosie szczypiorkowym + ziemniaki gotowane z koperkiem + fasolka szparagowa	Barszcz biały Pieczeń ze schabu w delikatnym sosie chrzanowym + ryż jaśminowy + gotowana biała kapusta z koperkiem	Rosół drobiowy z kaszą manną i natką pietruszki Pierogi z truskawkami w maśle roślinnym
Alergeny	1,9	1,3,9	1,9	1,9
Podwieczorek	Chleb razowy słonecznikowy + masło roślinne + pasta gryczana z prażonym słonecznikiem + wędlina + talerz warzyw	Koktajl owocowy na jogurcie kokosowym + flipsy	Bułka grahamka (0,5 szt.) + masło roślinne + wędlina + guacamole + talerz warzyw	Ryż z jabłkiem i cynamonem
Alergeny	1		1	

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

Jadłospis – dieta bezglutenowa 14.04.2025 – 17.04.2025 EMS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek
II Śniadanie	Domowe musli z suszonymi daktylami na mleku + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina + talerz warzyw + owoc sezonowy	Płatki kukurydziane z miodem na mleku + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką + ser żółty + mozzarella z pomidorem i świeżą bazylią + wędlina + talerz warzyw + owoc sezonowy
Alergeny	7	7	7	7
Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną zabieleną śmietanką Drobiowe spaghetti (kukurydziane) bolognese	Buraczana z ziemniakami zabieleną śmietanką Jajko gotowane w sosie szczypiorkowym + ziemniaki gotowane z koperkiem + fasolka szparagowa	Barszcz biały Pieczeń ze schabu w delikatnym sosie chrzanowym + ryż jaśminowy + gotowana biała kapusta z koperkiem	Rosół drobiowy z kaszą jaglaną i natką pietruszki Knedle z truskawkami w maśle
Alergeny	7,9	3,7,9	7,9	7,9
Podwieczorek	Chleb bezglutenowy + masło + pasta gryczana z prażonym słonecznikiem + ser żółty + wędlina + talerz warzyw	Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym + flipsy	Bułka bezglutenowa (0,5 szt.) + masło + ser żółty + wędlina + guacamole + talerz warzyw	Ryż z jabłkiem i cynamonem
Alergeny	7	7	7	

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.

Jadłospis – dieta wegetariańska 14.04.2025 – 17.04.2025 EMS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek
II Śniadanie	Domowe musli z suszonymi daktylami na mleku + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło + ser żółty + talerz warzyw + owoc sezonowy	Granola żurawinowa na mleku + owoc sezonowy	Chleb razowy słonecznikowy + masło + twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką + ser żółty + mozzarella z pomidorem i świeżą bazylią + talerz warzyw + owoc sezonowy
Alergeny	1,7	1,7	1,7	1,7
Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną zabieleną śmietanką Wegetariańskie spaghetti bolognese z czerwoną soczewicą	Buraczana z ziemniakami zabieleną śmietanką Jajko gotowane w sosie szczypiorkowym + ziemniaki gotowane z koperkiem + fasolka szparagowa	Barszcz biały Pieczeń wegetariańska w delikatnym sosie chrzanowym + ryż jaśminowy + gotowana biała kapusta z koperkiem	Wywar warzywny z kaszą manną i natką pietruszki Pierogi z truskawkami w maśle
Alergeny	1,7,9	1,3,7,9	1,7,9	1,7,9
Podwieczorek	Chleb razowy słonecznikowy + masło + pasta gryczana z prażonym słonecznikiem + ser żółty + talerz warzyw	Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym + flipsy	Butka grahamka (0,5 szt.) + masło + ser żółty + guacamole + talerz warzyw	Ryż z jabłkiem i cynamonem
Alergeny	1,7	7	1,7	

Jadłospis może ulec drobnym zmianom w zależności od dostępności produktów.