

07.10.2024 – 11.10.2024

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
PONIEDZIAŁEK	Kanapka: pieczywo mieszane, masło, twarożek kanapkowy, szynka chlebowa, ogórek zielony, papryka Napój: herbata owocowa Alergeny: gluten, mleko, 340 kcal	kisiel , banan woda Alergeny: 220 kcal	I danie: krem pomidorowo – pietruszkowy (190kcal) II danie: ryż na mleku z prażonym jabłkiem (300 kcal),woda Alergeny: seler,
WTOREK	Zupa: płatki owsiane z mlekiem Kanapka: pieczywo mieszane, masło chleb razowy, szynka konserwowa, pomidor, rzodkiewka Napój: herbata z cytryną Alergeny: gluten, mleko, 350 kcal	chałka z masłem, marchewka, bawarka Alergeny: gluten, mleko, 240 kcal	I danie: barszcz z makaronem(190kcal) II danie: sos gołąbkowy, ziemniaki (364 kcal) woda Alergeny: gluten, seler , jaja
ŚRODA	Kanapka: pieczywo mieszane, masło parówka z szynki, ser żółty ogórek zielony, kiełki, ketchup Napój: kawa z mlekiem Alergeny: mleko, gluten, 370 kcal	kakao, mini sucharki, gruszka, Alergeny: gluten, mleko, 200 kcal	I danie: zupa jarzynowa,(140 kcal) II danie: pulpety w sosie koperkowym, kasza kuskus, marchewka juniorka (349 kcal) woda Alergeny: gluten, jaja, seler
CZWARTEK	Kanapka: pieczywo mieszane masło, pasztet drobiowy, serek homogenizowany, ogórek kwaszony, papryka Napój: herbata rumiankowa Alergeny: gluten, 350 kcal	sok marchwiowy, biszkopty, Alergeny: gluten 250 kcal	I danie: krupnik(180 kcal) II danie: makaron ze sosem śmietanowo-brokułowym i kurczakiem (374 kcal) woda Alergeny : gluten, seler,
PIĄTEK	Kanapka: pieczywo mieszane, masło, bułka razowa, pasta z makreli, humus, dżem truskawkowy sałata, ogórek zielony, papryka, Napój: herbata, kawa z mlekiem Alergeny: mleko, gluten 360kcal	serek waniliowy, chrupki wielozbożowe jabłko, woda Alergeny: gluten, mleko 220 kcal	I dani: krem z kalafiora (157 kcal) II danie: szare kluski z cebulka i kapusta kiszona zasmażana (335 kcal) Woda Alergeny: seler, gluten, jaja

ZESTAW III- DIETA BEZGLUTENOWA

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
PONIEDZIAŁEK	<p>Kanapka: pieczywo bezglutenowe, masło, twarożek kanapkowy, szynka chlebowa, ogórek zielony, papryka</p> <p>Napój: herbata owocowa</p> <p>Alergeny: mleko, 340 kcal</p>	<p>Kisiel, banan, woda</p> <p>Alergeny: 220 kcal</p>	<p>I danie: krem pomidorowo-pietruszkowy (190kcal)</p> <p>II danie: ryż na mleku z prażonym jabłuszkiem, (300kcal), woda</p> <p>Alergeny: seler</p>
WTOREK	<p>Zupa: płatki kukurydziane z mlekiem</p> <p>Kanapka: pieczywo bezglutenowe, masło, szynka konserwowa, pomidor, rzodkiewka</p> <p>Napój: herbata z cytryną</p> <p>Alergeny: mleko, 350 kcal</p>	<p>wafle ryżowe, marchewka, bawarka</p> <p>Alergeny: mleko 220 kcal</p>	<p>I danie: barszcz z kolankami bezglutenowymi (180 kcal)</p> <p>II danie: sos gotąbkowy bezglutenowy, ziemniaki (400kcal),woda</p> <p>Alergeny: seler</p>
ŚRODA	<p>Kanapka: pieczywo bezglutenowe, masło ,parówka bezglutenowa z szynki, ogórek zielony, kiełki, ketchup</p> <p>Napój: kawa z mlekiem</p> <p>Alergeny: mleko, 370 kcal</p>	<p>kakao, pieczywo chrupkie kukurydziane, gruszka,</p> <p>Alergeny: mleko, 200 kcal</p>	<p>I danie: : zupka jarzynowa,(140 kcal)</p> <p>II danie: pulpety z kurczaka w sosie koperkowym zagęszczonym mąką bezglutenową, puree ziemniaczane, marchewka juniorka (349 kcal), woda</p> <p>Alergeny: seler</p>
CZWARTEK	<p>Kanapka: pieczywo bezglutenowe, masło, pasztet drobiowy, ser żółty, ogórek kwaszony, papryka</p> <p>Napój: herbata rumiankowa</p> <p>Alergeny: mleko 350 kcal</p>	<p>Biszkopty bezglutenowe Sok marchwiowy</p> <p>Alergeny: 250 kcal</p>	<p>I danie: krupnik jaglany (180 kcal)</p> <p>II danie: makaron bezglutenowy w sosie śmietanowo-brokułowym z kurczakiem (337kcal)woda</p> <p>Alergeny : seler, jajo</p>
PIĄTEK	<p>Kanapka: pieczywo bezglutenowe, masło, pasta z makreli, hummus, sałata, ogórek zielony, papryka, dżem truskawkowy</p> <p>Napój: herbata</p> <p>Alergeny: mleko, ryba, 360kcal</p>	<p>serek waniliowy chrupki kukurydziane jabłko woda</p> <p>Alergeny: mleko 240 kcal</p>	<p>I danie: krem kalafiorowy (150 kcal)</p> <p>II danie: szare kluski bezglutenowe z cebulą, kapusta kiszona zasmażana,(335 kcal)woda</p> <p>Alergeny: seler, mleko</p>

