



		ŚNIADANIE	OBIAD	SKŁAD POSILKÓW	PODWIECZOREK
Poniedziałek	15. 04. 2024	Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka drobiowa bezglutenowa, ser żółty, ogórki kiszzone, mleko lub herbata z cytryną (7)	Kapuśniak z białej kapusty na zasmażce (7, 9)	Kapusta biała, ziemniaki, marchew, seler, korzeń pietruszki, por, cebula, masło, mąka bezglutenowa, przyprawy	Chrupki kukurydziane, mleko, jabłko, woda mineralna (7)
			Penne z bazyliowo pomidorowym pesto i tartym parmezanem (7)	Makaron bezglutenowy z mąki kukurydzianej i ryżowej, pesto (bazylia, suszone pomidory, orzeszki pini, parmezan, oliwa), tarty parmezan, przyprawy, olej rzepakowy	
			Bukiet warzyw na parze	Kalafior, brokuł, marchew, przyprawy	
			Sok jabłkowo marchewkowy (własny) lub woda mineralna		
Wtorek	16. 04. 2024	Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka drobiowa, płatki bezglutenowe z mlekiem, jabłko, mleko lub herbata owocowa (7)	Krem alpejski z pora z grzankami ( 7, 9)	Por, marchew, seler, korzeń pietruszki, ziemniaki, ser, 18% śmietana, grzanki bezglutenowe, przyprawy	Banany, kefir, woda mineralna (7)
			Pollo alla romana- kurczak duszony z papryką podany z focaccią (3, 7, 9)	Filet z piersi kurczaka, papryka kolorowa, boczek wędzony, sok jabłkowy, passata pomidorowa, bazylia, kapary, czosnek, zioła, mąka bezglutenowa, drożdże, oliwa, przyprawy, olej do smażenia	
			Salata lodowa z sosem winegret (10)	Salata lodowa, musztarda, miód, cytryna, zioła, przyprawy, olej rzepakowy przyprawy	
			Kompot z wiśni i agrestu lub woda mineralna		
Środa	17. 04. 2024	Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka drobiowa, twaróg z rzodkiewką, pomidory, mleko lub herbata z cytryną (3, 7)	Zupa z fasolki szparagowej z indykiem na zasmażce (7, 9)	Fasolka szparagowa, marchew, seler, korzeń pietruszki, por, cebula, mięso gotowane z indyka, masło, mąka bezglutenowa, przyprawy	Koktajl jogurtowo owocowy (własny), wafle kukurydziane, woda mineralna (7)
			Kulki warzywne panierowane z chińskim sosem słodko pikantnym, ryż (3)	Brokuły, kalafior, groch, cebula, papryka, jaja, bezglutenowa bułka tarta, przetarte pomidory, 30% koncentrat pomidorowy, sos mango, ocet winny, papryczka chili, ryż przyprawy, olej rzepakowy	
			Surówka z tartej marchewki z jabłkami i ananase	Marchew, jabłka, ananasy w syropie, przyprawy	
			Kompot z jabłek i porzeczek lub woda mineralna		
Czwartek	18. 04. 2024	Pieczywo bezglutenowe, masło, szynka drobiowa, ogórki zielone, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, mleko lub herbata owocowa (7)	Zupa pomidorowa z makaronem i natką ( 7, 9)	Marchew, seler, korzeń pietruszki, por, cebula, przetarte pomidory, 30% koncentrat pomidorowy, makaron bezglutenowy, natka, przyprawy	Deser czekoladowy na kremie kokosowym, jabłko, woda mineralna
			Klopsiki mielone wieprzowo- drobiowe z płatkami owsianymi, ziemniaki z koperkiem (3, 7)	Mięso mielone wieprzowe i drobiowe, jaja, bezglutenowe płatki owsiane, ziemniaki, koperek, przyprawy, olej rzepakowy	
			Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką, jabłkami i natką	Kapusta kiszona, marchew, jabłka, natka, przyprawy, olej rzepakowy	
			Kompot z wiśni i agrestu lub woda mineralna		
Piątek	19. 04. 2024	Pieczywo bezglutenowe, masło, ser żółty, twaróg solankowy, pasta z tuńczyka, pomidory, kakao lub herbata z cytryną (3, 4, 7)	Zupa jarzynowa zabieleną z kaszą jaglaną z natką (9)	Kalafior, brokuł, fasolka, groszek zielony, brukselka, ziemniaki, kasza jaglana, marchew, seler, por, cebula, natka, przyprawy	Serek homogenizowany, jabłko, woda mineralna (7)
			Smażony w cieście filet z halibuta, ziemniaki z koperkiem (4)	Filet z halibuta, jaja, mąka bezglutenowa, ziemniaki, koperek, przyprawy, olej rzepakowy	
			Surówka koperkowa z białej kapusty	Kapusta biała, jabłka, koperek, przyprawy, olej do smażenia	
			Kompot z jabłek i porzeczek lub woda mineralna		

Legenda  
alergeny

a- Fruktan, laktoza i gluten  
a- pszenicy  
b- żytni  
c- jęczmień  
d- owsiany  
e- orkiszowy  
f- kamut

5. Produkt zawiera orzeszki ziemne arachidowe  
6. Produkt zawiera soję  
7. Produkt zawiera mleko  
8. Produkt zawiera orzechy z drzew:  
a- migdały, b- laskowe, c- włoskie, d- nerkowca, e- pekan,  
f- brazylijskie, g- pistacjowe, h- makadamia, i- queenstand

9. Produkt zawiera seler  
10. Produkt zawiera gorczycę  
11. Produkt zawiera nasiona sezamu  
12. Produkt zawiera dwutlenek siarki  
13. Produkt zawiera lubin  
14. Produkt zawiera mączczaki