

JADŁOSPIS BEZGLUTENOWY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 02-06-2024 768 kcal	Płatki jaglane na mleku z żurawiną 150g, chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, szynka z indyka - wyr. wł. 15g, pomidor 20g, herbata owocowa bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krupnik jaglany 200g (seler) Bezglutenowe spaghetti bolognese z mięskiem cielęcym - drobiowym, kalafior z pary z oliwą z oliwek 160g, 50g (seler) Kompot wieloowocowy 150ml	Koktajl bananowo szpinakowy na maśle 80g, wafelek ryżowy 1 szt (mleko)
WTOREK 03-06-2024 787 kcal	Chleb bezglutenowy 30g z masłem 3g, serek malinowy 15g, dżem 100% owoców 7g, kakao na mleku 150g (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa ogórkowa z makaronem bezglutenowym 200g (seler) Sznycel drobiowy z pieca, ziemniaczki z koperkiem, mizeria 50g, 80g, 50g (jaja, mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Chleb bezglutenowy 30g, pasta z tuńczyka i twarogu 20g, ogórek 20g, herbata melisa bez cukru 150g (mleko, ryba- tuńczyk)
ŚRODA 04-06-2024 765 kcal	Płatki kukurydziane na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g z masłem 3g, jajecznica z masłem 25g, ogórek 20g (mleko, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa grochowa z ziemniakami 200g (seler) Bezglutenowe naleśniki bez cukru z twarogiem waniliowym i truskawkami 180g (jaja, mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Buleczka bezglutenowa 30g, masło 3g, pasztet domowy 20g, papryka 20g, herbata z lipy bez cukru 150ml (mleko)
CZWARTEK 05-06-2024 782 kcal	Chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, pasta twarogowa ze szczypiorkiem i rzodkiewką 30g, sałata 3g, kawa zbożowa bezglutenowa z mlekiem (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Botwinka z ziemniakami 200g (seler) Gulasz drobiowy, kasza jaglana, mini marchew 50g+30ml, 80g, 50g (seler) Kompot wieloowocowy 150ml	Budyń waniliowy na mleku z musem malinowym 80g, chrupki kukurydziane 3g (mleko)
PIĄTEK 06-06-2024 778 kcal	Ryż na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, ser żółty 15g, papryka 20g (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krem z brokuła z grzankami bezglutenowymi 200g (seler) Pieczona miruna w panierce bezglutenowej, ziemniaki, gotowana dynia i seler z oliwą 80g, 80g, 50g (jaja, mleko, ryba - miruna, seler) Kompot wieloowocowy 150ml	Galaretka owocowa z sosem waniliowym 80g, chrupki kukurydziane 3g (mleko)

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, owies, jęczmień, orkisz), jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacji, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny (E220). Menu opracowała Paulina Dobrowolska zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r.

Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w menu. Szczegółowy wykaz składników jest dostępny w placówce.

JADŁOSPIS BEZGLUTENOWY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 09-06-2024 735 kcal	Płatki jaglane na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, szynka drobiowa - wyr. wł. 15g, pomidor 20g (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Wiosenna zupa z kalarepą 200g (seler) Polędwiczki drobiowe w sosie koperkowym, ziemniaki, pieczone buraczki i pietruszka 50g,80g,50g (jaja, mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Domowy jogurt truskawkowy 80g, wafelek ryżowy 10g (mleko)
WTOREK 10-06-2024 756 kcal	Płatki kukurydziane na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g z masłem 3g, ser żółty 15g, papryka 20g, herbata owocowa bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Rosół z makaronem bezglutenowym 200g (seler) Gołąbki bez zawijania z ryżem w sosie pomidorowym, brokuł gotowany z oliwą z oliwek 50g + 30ml,80g,50g (-) Kompot wieloowocowy 150ml	Buleczka bezglutenowa 30g, twarożek z rzodkiewką i ogórkiem 20g, sałata 3g, herbata owocowa bez cukru 150 ml (mleko)
ŚRODA 11-06-2024 785 kcal	Chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, domowy pasztet mięsno - warzywny - wyr. wł. 15g, ogórek kiszony 20g, bawarka z mlekiem bez cukru (jaja, mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Żurek bezglutenowy z ziemniaczkami 200g (seler) Makaron bezglutenowy z białym serem i musem malinowym 180g (mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Domowy kisiel z tartym jabłkiem 80g, domowa chałka bezglutenowa 20g z masłem 3g (jaja, mleko)
CZWARTEK 12-06-2024 798 kcal	Kluski lane bezglutenowe na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, szynka z pieca - wyr. wł. 15g, ogórek 20g, herbata z lipy bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa z fasolki szparagowej z ryżem 200g (seler) Schab w sosie własnym, ziemniaki, fasolka szparagowa z bezglutenową bułką tartą 50g, 80g, 50g (mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, domowy twarożek malinowy 20g, banan 30g, herbata owocowa bez cukru (mleko)
PIĄTEK 13-06-2024 776 kcal	Chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, pasta jajeczna 20g, szczypiorek 3g, rzodkiewka 20g, kawa zbożowa bezglutenowa z mlekiem (mleko, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krem z białych warzyw z grzankami bezglutenowymi 200g (seler) Łosoś w sosie ziołowym, kasza jaglana, brokuł i kalafior z pary 50g, 80g, 50g (mleko, ryba - łosoś) Kompot wieloowocowy 150ml	Czekoladowy ryż na mleku z musem wiśniowym 80g, herbata bez cukru (mleko)

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, owies, jęczmień, orkisz), jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacji, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny (E220). Menu opracowała Paulina Dobrowolska zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r.

Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w menu. Szczegółowy wykaz składników jest dostępny w placówce.

JADŁOSPIS BEZGLUTENOWY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 16-06-2024 764 kcal	Płatki jaglane na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g masło 3g, szynka z indyka 15g, ogórek 20g, herbata owocowa bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa jarzynowa z ryżem 200g (seler) Łazanki bezglutenowe z cielęcinką, indykiem i kapustą 180g (-) Kompot wieloowocowy 150ml	Chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, pasta z tuńczykiem 20g, pomidor 20g, herbata rumiankowa bez cukru 150ml (mleko, ryba - tuńczyk)
WTOREK 17-06-2024 758 kcal	Chleb bezglutenowy 30g z masłem 3g, ser żółty 20g, papryka 20g, kawa zbożowa bezglutenowa z mlekiem (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa ziemniaczana 200g (seler) Chilli con carne z czerwoną fasolą, pomidorami, papryką i kukurydzą, ryż 120g, 80g (-) Kompot wieloowocowy 150ml	Deserek waniliowo - kakaowy z serka homogenizowanego bez cukru 80g, jabłko 1/3 szt (mleko)
ŚRODA 18-06-2024 738 kcal	Płatki kukurydziane na mleku 150g, omlet bananowy 30g, serek naturalny 10g (mleko, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krupnik jaglany 200g (, seler) Sznycelki cielęcino - wieprzowe z pieca, ziemniaczki z koperkiem, buraczki 50g, 80g, 50g (jaja, mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Muffinka bezglutenowa z truskawkami 1/2 szt, kakao 150ml (jaja, mleko)
CZWARTEK 19-06-2024 764 kcal	Ryż na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g z masłem 3g, szynka wiejska 15g, papryka 20g, herbata z lipy bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa koperkowa z ryżem 200g (seler) Bezglutenowe pierogi z truskawkami i jogurtem waniliowym 90g, 50g (jaja, mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Panna cotta z musem wiśniowym 80g, herbatniki bezglutenowe 10g (mleko)
PIĄTEK 20-06-2024 755 kcal	Bułka bezglutenowa 30g z masłem 3g, pasta jajeczna z awokado 15g, rzodkiewka 20g herbata rumiankowa bez cukru 150ml (mleko, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krem z cukinii z grzankami bezglutenowymi 200g (seler) Klopsiki rybne z dorsza w sosie koperkowym, ryż, brokuł gotowany z oliwą 50g, 80g, 50g (jaja, mleko, ryba-dorsz) Kompot wieloowocowy 150ml	Koktajl jagodowy 80g, biszkopty bezglutenowe 10g (mleko, jaja)
Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, owies, jęczmień, orkisz), jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacji, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny (E220). Menu opracowała Paulina Dobrowolska zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r. Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w menu. Szczegółowy wykaz składników jest dostępny w placówce.				

JADŁOSPIS BEZGLUTENOWY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 23-06-2024 735 kcal	Płatki ryżowe na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g masło 3g, szynka wiejska 15g, rzodkiewka 20g, herbata z lipy bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa kalafiorowa z makaronem bezglutenowym 200g (seler) Ryż z soczewicą, cielęciną i warzywami 180g (seler) Kompot wieloowocowy 150ml	Jogurt brzoskwiniowy z siemieniem lnianym 80g, chrupki kukurydziane 3g (mleko)
WTOREK 24-06-2024 764 kcal	Chleb bezglutenowy 30g masło 3g, jajecznica z masłem 25g, ogórek 20g, kawa zbożowa bezglutenowa na mleku (jaja, mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa pomidorowa z ryżem 200g (seler) Fileciki drobiowe w sosie pomidorowym, kasza jaglana, fasolka szparagowa gotowana z oliwą 50g+30g, 80g, 50g (jaja, mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Domowe bezglutenowe gofry 40g, serek malinowy 20g, banan 1/3 szt, herbatka z lipy bez cukru 150ml (jaja, mleko)
ŚRODA 25-06-2024 785 kcal	Płatki kukurydziane na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g masło 3g, domowy schab pieczony w ziołach - wyr. wł. 15g, pomidor 20g, herbata owocowa bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Rosół z makaronem bezglutenowym 200g (seler) Kotlet drobiowy bezglutenowy, ziemniaczki, pieczona marchew i pietruszka 50g,80g,50g (gorczyca, mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Pudding ryżowy na mleku z musem malinowym 80g, chrupki kukurydziane 3g (mleko)
CZWARTEK 26-06-2024 778 kcal	Bułka bezglutenowa 30g masło 3g, domowy pasztet mięsno - warzywny z suszoną śliwką 30g, ogórek kiszony 20g, herbatka bawarka z mlekiem (jaja, mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Barszcz biały bezglutenowy z ziemniaczkami 200g (mleko, seler) Makaron bezglutenowy z kurczakiem w sosie brokułowo – śmietanowym 160g (mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Bezglutenowe racuszki bez cukru z jabłkiem i sosem waniliowym 60g, herbatka owocowa bez cukru 150ml (jaja, mleko)
PIĄTEK 27-26-2024 769 kcal	Płatki jaglane na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, ser żółty 15g, papryka 20g, herbata rumiankowa bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krem z marchewki i ciecierzycy z grzankami bezglutenowymi 200g (seler) Bezglutenowe leniwe z koktajlem truskawkowym 180g (mleko) Kompot wieloowocowy 150ml	Chleb bezglutenowy 30g, masło 3g, pomidorowa pasta rybna ze szprotkami 20g, ogórek 20g, herbatka owocowa bez cukru 150 ml (mleko, ryba - makrela)

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, owies, jęczmień, orkisz), jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacji, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny (E220). Menu opracowała Paulina Dobrowolska zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r.

Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w menu. Szczegółowy wykaz składników jest dostępny w placówce.

JADŁOSPIS BEZGLUTENOWY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 30-06-2024 739 kcal	Bezglutenowe lane kluski na mleku 150g, chleb bezglutenowy 30g masło 3g, szynka wiejska 15g, rzodkiewka 20g, herbata z lipy bez cukru 150ml (mleko)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa ogórkowa z ryżem 200g (seler) Makaron bezglutenowy w sosie warzywnym z soczewicą posypyany mozzarellą 180g (mleko) Kompot wieloowocowy	Koktajl bananowo – wiśniowy z otrębami pszennymi 80g, wafelek ryżowy 1 szt (mleko)
Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, owies, jęczmień, orkisz), jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacji, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny (E220). Menu opracowała Paulina Dobrowolska zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r. Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w menu. Szczegółowy wykaz składników jest dostępny w placówce.				