

JADŁOSPIS BEZMLECZNY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 05-05-2024 754 kcal	Płatki jaglane na napoju roślinnym z żurawiną 150g, chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, szynka z indyka - wyr. wł. 15g, pomidor 20g, herbata owocowa bez cukru 150ml (pszenica, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Barszcz biały bezmleczny z kielbaską 200g (pszenica, seler) Kurczak z ryżem i warzywami po chińsku 180g (seler, soja) Kompot wieloowocowy 150ml	Koktajl jagodowy na napoju roślinnym z płatkami owsianymi 80g, wafelek ryżowy 1 szt, woda (owies)
WTOREK 06-05-2024 792 kcal	Chleb mieszany 30g z margaryną roślinną 3g, roślinny serek malinowy 15g, dżem 100% owoców 7g, kakao na napoju roślinnym 150g (pszenica, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa fasolowa z ziemniaczkami 200g (seler) Bezmleczne naleśniki bez cukru z roślinnym serkiem waniliowym i truskawkami 180g (pszenica, jaja) Kompot wieloowocowy 150ml	Chleb graham 30g, pasta z tuńczyka 20g, papryka 20g, herbatka melisa bez cukru 150g (pszenica, ryba- tuńczyk)
ŚRODA 07-05-2024 755 kcal	Płatki kukurydziane na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g z margaryną roślinną 3g, jajecznicza 25g, ogórek 20g, woda (pszenica, żyto, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa ogórkowa z makaronem 200g (pszenica, seler) Indyk w sosie paprykowym, ziemniaki, brokuł gotowany z oliwą 50g,80g,50g (-) Kompot wieloowocowy 150ml	Buleczka wieloziarnista 30g, margaryna roślinna 3g, pasztet domowy 20g, papryka 20g, herbatka z lipy bez cukru 150ml (pszenica)
CZWARTEK 08-05-2024 782 kcal	Chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, pasta wegańska ze szczypiorkiem i rzodkiewką 30g, sałata 3g, kawa zbożowa z napojem roślinnym (pszenica, żyto, jęczmień, soja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa jarzynowa z zacierką 200g (pszenica, jaja, seler) Gulasz wieprzowo – wołowy z papryką, marchewką i pietruszką, kasza jęczmienna wiejska, ogórek małosolny tarty 80g, 80g,50g (pszenica, jęczmień) Kompot wieloowocowy 150ml	Budyń czekoladowy na napoju roślinnym z musem wiśniowym 80g, chrupki kukurydziane 3g, woda (pszenica)
PIĄTEK 09-05-2024 765 kcal	Pudding ryżowy na napoju roślinnym z jabłkiem i cynamonem 150g, chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, wegański ser żółty 15g, ogórek kiszony 20g, woda (pszenica, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krupnik jęczmienny 200g (jęczmień, seler) Pieczona miruna w panierce, ziemniaki, fasolka szparagowa z bułką tartą 80g, 80g, 50g (pszenica, jaja, ryba - miruna) Kompot wieloowocowy 150ml	Galaretka owocowa 80g, herbatniki bez cukru 10g, woda (pszenica)

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 BEZMLECZNY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 12-05-2024 718 kcal	Płatki owsiane na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, szynka drobiowa - wyr. wł. 15g, pomidor 20g, woda (pszenica, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Wiosenna zupa z kalarepą 200g (seler) Pieczone podudzia z kurczaka bez kości, ziemniaki, mini marchew z oliwą 50g, 80g, 50g (-) Kompot wieloowocowy 150ml	Roślinny jogurt wiśniowy z otrębami pszennymi 80g, wafelek ryżowy 10g, herbata rumiankowa bez cukru 150ml (pszenica)
WTOREK 13-05-2024 724 kcal	Płatki kukurydziane na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g z margaryną roślinną 3g, roślinny ser żółty 15g, papryka 20g, herbata owocowa bez cukru 150ml (pszenica, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Rosół z makaronem 200g (pszenica, jaja, seler) Kasza pęczak z indykiem, papryką, fasolką szparagową i cukinią 180g (jęczmień) Kompot wieloowocowy 150ml	Buleczka wieloziarnista 30g, pasta warzywna 20g, ogórek 20g, herbata owocowa bez cukru 150 (pszenica, żyto)
ŚRODA 14-05-2024 799 kcal	Chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, domowy pasztet mięsno - warzywny - wyr. wł. 15g, ogórek kiszony 20g, bawarka z napojem roślinnym bez cukru (pszenica, żyto, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Barszcz czerwony z ziemniaczkami 200g (seler) Makaron z białym serem i musem truskawkowym 180g (pszenica,) Kompot wieloowocowy 150ml	Domowy kisiel z owocami 80g, domowa chałka bezmleczna 20g z margaryną roślinną 3g, woda (pszenica, jaja)
CZWARTEK 15-05-2024 789 kcal	Kluski lane na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, szynka z pieca - wyr. wł. 15g, ogórek 20g, herbata z lipy bez cukru 150ml (pszenica, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa z fasolki szparagowej z zacierką 200g (pszenica, jaja, seler) Schab w sosie własnym, ziemniaki, buraczki 50g, 80g, 50g (-) Kompot wieloowocowy 150ml	Chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, roślinny twarożek czekoladowy 20g, banan 30g, woda (pszenica, żyto, jęczmień)
PIĄTEK 16-05-2024 798 kcal	Chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, pasta jajeczna 20g, szczypiorek 3g, rzodkiewka 20g, kawa zbożowa z napojem roślinnym (pszenica, żyto, jęczmień, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krem z soczewicy i pomidorów z grzankami 200g (pszenica, seler) Łosoś w roślinnym sosie szpinakowo - śmietanowym, ryż na sypko, marchewka, seler pieczone 50g, 80g, 50g (ryba - łosoś) Kompot wieloowocowy 150ml	Kasza manna na napoju roślinnym z musem malinowym 80g, herbata bez cukru (pszenica)

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 BEZMLECZNY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 19-05-2024 776 kcal	Płatki jaglane na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g margaryna roślinna 3g, szynka z indyka 15g, ogórek 20g, herbata owocowa bez cukru 150ml (pszenica, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa jarzynowa z zacierką 200g (pszenica, jaja, seler) Spaghetti bolognese z mięskiem cielęco - drobiowym, kalafior z pary z oliwą z oliwek 160g, 50g (pszenica, seler) Kompot wieloowocowy 150ml	Chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, pasta z tuńczykiem 20g, pomidor 20g, herbata rumiankowa bez cukru 150ml (pszenica, żyto, , ryba - tuńczyk)
WTOREK 20-05-2024 760 kcal	Chleb mieszany 30g z margaryną roślinną 3g, roślinny ser żółty 20g, papryka 20g, kawa zbożowa z napojem roślinnym (pszenica, jęczmień, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa ziemniaczana 200g (seler) Kaszotto z soczewicą i warzywami 180g (pszenica,) Kompot wieloowocowy 150ml	Jabłko pieczone z roślinnym jogurtem waniliowym 60g, herbatka owocowa bez cukru 150ml (-)
ŚRODA 21-05-2024 758 kcal	Płatki kukurydziane na napoju roślinnym 150g, omelet bananowy 30g, serek naturalny roślinny 10g, woda (pszenica, owies, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krupnik jęczmienny 200g (jęczmień, seler) Sznycelki cielęco - wieprzowy z pieca, ziemniaczki z koperkiem, fasolka szparagowa z bułką tartą 50g, 80g, 50g (pszenica, jaja) Kompot wieloowocowy 150ml	Bezmleczne domowe ciasto ucierane z truskawkami 40g, woda (pszenica, jaja)
CZWARTEK 22-05-2024 789 kcal	Ryż na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g z margaryną roślinną 3g, szynka wiejska 15g, papryka 20g, herbata z lipy bez cukru 150ml (pszenica, żyto, sezam)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa koperkowa z ryżem 200g (seler) Pierogi z mięskiem wieprzowo - wołowym , mini marchew z oliwą 90g, 50g (pszenica, jaja) Kompot wieloowocowy 150ml	Bezmleczna panna cotta z musem malinowym 80g, herbatniki bez cukru 10g, woda (pszenica)
PIĄTEK 23-05-2024 776 kcal	Bułka wieloziarnista 30g z margaryną roślinną 3g, pasta jajeczna z awokado 15g, rzodkiewka 20g herbata rumiankowa bez cukru 150ml (pszenica, żyto, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krem z zielonych warzyw z grzankami 200g (pszenica, seler) Klopsiki rybne z dorsza w sosie pomidorowym, ryż, brukselka gotowana z oliwą 50g, 80g, 50g (pszenica, jaja, , ryba-dorsz) Kompot wieloowocowy 150ml	Koktajl tropikalny na napoju roślinnym 80g, wafelek ryżowy 10g, woda (-)

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 BEZMLECZNY

DATA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 26-05-2024 725 kcal	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g margaryna roślinna 3g, szynka wiejska 15g, rzodkiewka 20g, herbata z lipy bez cukru 150ml (pszenica, żyto, jęczmień)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa kalafiorowa z makaronem 200g (pszenica, seler) Kasza pęczak z sosem warzywno - mięsnym z dodatkiem cielęcinki, ogórek kiszony 180g, 60g (jęczmień, seler) Kompot wieloowocowy 150ml	Roślinny jogurt truskawkowy z siemieniem lnianym 80g, chrupki kukurydziane 3g, woda (-)
WTOREK 27-05-2024 723 kcal	Chleb mieszany 30g margaryna roślinna 3g, jajecznica 25g, ogórek 20g, kawa zbożowa na napoju roślinnym (pszenica, żyto, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Zupa pomidorowa z ryżem 200g (seler) Fileciki drobiowe w roślinnym sosie koperkowym, ziemniaki, marchew gotowana 50g+30g, 80g, 50g (pszenica, jaja) Kompot wieloowocowy 150ml	Bezmleczne pełnoziarniste gofry 40g, roślinny serek waniliowy 20g, banan 1/3 szta, herbatka z lipy bez cukru 150ml (pszenica, jaja)
ŚRODA 28-05-2024 796 kcal	Płatki kukurydziane na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g margaryna roślinna 3g, domowy schab pieczony w ziołach - wyr. wł. 15g, pomidor 20g, herbata owocowa bez cukru 150ml (pszenica, żyto)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Rosół z makaronem 200g (pszenica, jaja, seler) Kotlet drobiowy, ziemniaczki, pieczony seler i pietruszka 50g,80g,50g (pszenica, gorczyca) Kompot wieloowocowy 150ml	Roślinny deserek waniliowy bez cukru 80g, truskawki 30g, woda 0
CZWARTEK 29-05-2024 799 kcal	Bułka wieloziarnista 30g margaryna roślinna 3g, domowy pasztet mięsno - warzywny z suszoną śliwką 30g, ogórek kiszony 20g, herbatka bawarka z napojem roślinnym (pszenica, żyto, jaja)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Żurek bezmleczny z ziemniaczkami 200g (pszenica, seler) Makaron penne z kurczakiem i w roślinnym sosie szpinakowo - śmietanowym 160g (pszenica) Kompot wieloowocowy 150ml	Budyń waniliowy na napoju roślinnym z musem malinowym 80g, chrupki kukurydziane 3g, woda (pszenica)
PIĄTEK 30-05-2024 718 kcal	Płatki owsiane na napoju roślinnym 150g, chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, ser żółty 15g, papryka 20g, herbata rumiankowa bez cukru 150ml (pszenica, żyto, owies)	Owoc / warzywo sezonowe 50g	Krem z marchewki z groszkiem ptysiowym 200g (pszenica, jaja, seler) Ryż z roślinnym koktajlem malinowym 180g 0 Kompot wieloowocowy 150ml	Chleb mieszany 30g, margaryna roślinna 3g, pomidorowa pasta rybna ze szprotkami 20g, ogórek kiszony 20g, herbatka owocowa bez cukru 150 ml (pszenica, 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.