

			Zamienniki diet wykluczeniowych			
			WEGETARIAŃSKA/ BEZ RYBY	BEZMLECZNA	BEZGLUTENOWA	BEZJAJECZNA
poniedziałek	śniadanie 230 kcal	Pieczyno pszenno-żytnie (1) 50g, kielbaska żywiecka 7g, ser żółty (7) 8g, warzywa 20g	ser żółty, hummus	margaryna miękka, kielbaska żywiecka, ser wegański	pieczywo bezglutenowe, kielbaska żywiecka, ser żółty	kielbaska żywiecka, ser żółty
	obiad 340 kcal	Zupa ogórkowa (9) 200ml Makaron (1) z truskawkami i białym serem (7) 160g	zupa ogórkowa na wywarze warzywnym; makaron z sosem napoli	zupa ogórkowa; makaron z sosem bolognese	zupa ogórkowa; makaron bezglutenowy z sosem bolognese	zupa ogórkowa; makaron bezjajeczny z sosem bolognese
	podwieczorek 180 kcal	Jogurt z owocami (7) 200ml,wafle ryżowe 10g		jogurt wegański, wafle ryżowe		
wtorek	śniadanie 230 kcal	Pieczyno wieloziarniste (1) 16g, serek kanapkowy Twój Smak (7) 10g, wędlinka 10g, warzywa 20g	serek kanapkowy, ser wegański	wędlinka	pieczywo bezlutenowe	
	obiad 340 kcal	Solanka zupa mięsna (9) 200ml Pulpet drobiowy w sosie koperkowym (1,7) 60g, ziemniaczki puree 80g, surówka Colestaw 50g	kartoflanka; pulpety warzywne w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka	solanka; pulpet drobiowy w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka	solanka; pulpet drobiowy z butką bezglutenową w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka	solanka; pulpet drobiowy w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka
	podwieczorek 180 kcal	Ciasto domowe (1,3,7) 50g, owoc 60g		ciasto na mleku roślinnym	ciasto bezglutenowe	ciasto bez dodatku jajek
środa		WIGILIA				
czwartek		BOŻE NARODZENIE				
piątek		BOŻE NARODZENIE				

WSZYSTKIE ZUPY OPRÓCZ ROSOŁU, ZUPY MEKSYKAŃSKIEJ SĄ GOTOWANE NA WYWARZE WARZYWNYM

Prezentowane menu może ulec zmianie z powodów techniczno-zaopatrzeniowych

JADŁOSPIS 29.12-2.01			Zamienniki diet wykluczonych			
			WEGETARIAŃSKA/ BEZ RYBY	BEZMLECZNA	BEZGLUTENOWA	BEZJAJECZNA
poniedziałek	śniadanie 230 kcal	Chleb żytni (1) 50g, szyneczka wieprzowa 7g, ser żółty (7) 8g, warzywa 20g	ser żółty, hummus	margaryna miękka, szyneczka, ser wegański	pieczywo bezglutenowe, szyneczka, ser żółty	szyneczka, ser żółty
	obiad 340 kcal	Krupniczek (9) 250ml Makaron (1) z sosem bolognese 160g	krupniczek; makaron z sosem napoli	krupniczek; makaron z sosem bolognese	krupniczek; makaron bezglutenowy z sosem bolognese	krupniczek; makaron bezjajeczny z sosem bolognese
	podwieczorek 180 kcal	Bułka wrocławska (1) 30g, wędlina drobiowa 7g, warzywa 20g	bułeczka wrocławska, konfitura	margaryna, wędlina	pieczywo bezglutenowe	
wtorek	śniadanie 230 kcal	Pieczywo mieszane (1) 16g, parówka z szynki 20g, ketchup 10g, ser żółty (7) 10g, warzywa 20g	twarożek, ser żółty	płatki na mleku roślin.; szyneczka	płatki bezgl.; pieczywo bezgl.	pasztet bezjajeczny, polędwiczka, ser żółty
	obiad 340 kcal	Zupa pomidorowa z ryżem (9) 250ml Kotlet mielony (1,3) 60g, ziemniaki z wody 100g, mizeria z jogurtem (7) 60g	zupa pomidorowa; kotlety sojowe, ziemniaki, mizeria	zupa pomidorowa; kotlet mielony, ziemniaki, mizeria	zupa pomidorowa; kotlet mielony z bułką bezglutenową w sosie koperkowym, ziemniaki, mizeria	zupa pomidorowa; kotlet mielony, ziemniaki, mizeria
	podwieczorek 180 kcal	Bułeczka wrocławska (1) 30g, serek waniliowy do posmarowania (7), owoc 60g				
środa	śniadanie 230 kcal	Pieczywo pszenne (1) 60g, wędlinka 15g, twarożek 15g, warzywa 20g	twarożek, ser żółty	wędlinka	pieczywo bezglutenowe	
	obiad 340 kcal	Barszcz ukraiński (9) 250ml Krokiety z mięsem 200g, surówka z warzyw mieszanych 60g	barszcz ukraiński; krokiety z warzywami, ziemniaki, bukiet warzyw	barszcz ukraiński; kotlet z piersi kurczaka, ziemniaki, bukiet warzyw	barszcz ukraiński; kotlet z piersi kurczaka w panierce bezgl., ziemniaki, bukiet warzyw	barszcz ukraiński; kotlet z piersi kurczaka, ziemniaki, bukiet warzyw
	podwieczorek 180 kcal	Mango lassi (7) 200g, wafle ryżowe / pieczywo chrupkie 20g		jogurt wegański, wafle ryżowe		
czwartek		NOWY ROK				
piątek	śniadanie 230 kcal	Pieczywo pszenno-żytnie (1) 30g, ser żółty (7), konfitura 20g, warzywa 20g		ser żółty wegański	pieczywo bezglutenowe	
	obiad 340 kcal	Żurek z ziemniakami (9) 250ml Kluski leniwe z masłem i bułką tartą 200g, surówka z marchewki 60g	kartoflanka; kluski leniwe z masłem i bułką, surówka	żurek; kluski śląskie	żurek; Kluski leniwe z masłem i bułką bezglutenową	żurek; kluski leniwe z masłem i bułką tartą
	podwieczorek 180 kcal	Makaron (1) z warzywami, owoc 60g			makaron bezglutenowy z warzywami	

WSZYSTKIE ZUPY OPRÓCZ ROSOŁU, ZUPY MEKSYKAŃSKIEJ SĄ GOTOWANE NA WYWARZE WARZYWNYM

Prezentowane menu może ulec zmianie z powodów techniczno-zaopatrzeniowych