

JADŁOSPIS 16-20.06			Zamienniki diet wykluczeniowych			
2			WEGETARIAŃSKA/ BEZ RYBY	BEZMLECZNA	BEZGLUTENOWA	BEZJAJECZNA
poniedziałek	śniadanie 300 kcal	Pieczyno orkiszowe (1) 42 g, ser żółty (7) 10 g, pasztet (1, 3, 6, 9) 5 g, warzywa 30g	ser wegański	margaryna, wędlna	pieczywo bezglutenowe	ser żółty, kiełbasa
	obiad 450 kcal	Barszczyk biały (1, 9) z ziemniakami 250ml Makaron (1) 100 g z sosem napoli 70g	Barszczyk biały z ziemniakami Makaron z sosem napoli	Barszczyk biały z ziemniakami Makaron z sosem napoli	Kartoflanka Makaron bezglutenowy z sosem napoli	Kartoflanka Makaron bezjajeczny z sosem napoli
	podwieczorek 250 kcal	Budyń (7) 250ml, wafel ryżowy 20g, owoc 60g		budyń na mleku roślinnym		
wtorek	śniadanie 300 kcal	Zupa mleczna (7) 220ml, chlebek razowy (1) z masłem (7) lub miękką margaryną 30g, ser żółty (7) 8g, polędwica sopocka 8g, warzywa 30g	ser żółty	napój roślinny, margaryna, polędwica sopocka, ser wegański	płatki bezglutenowe, pieczywo bezglutenowe	
	obiad 450 kcal	Barszczyk biały (1, 9) z ziemniakami 250ml Makaron (1) 100 g z sosem napoli 70g	Barszczyk biały z ziemniakami Makaron z sosem napoli	Barszczyk biały z ziemniakami Makaron z sosem napoli	Kartoflanka Makaron bezglutenowy z sosem napoli	Kartoflanka Makaron bezjajeczny z sosem napoli
	podwieczorek 250 kcal	Bułeczka wrocławska (1), serek waniliowy (7) do posmarowania pieczywa 90g, owoc 60g		bułeczka wrocławska z kofiturą	pieczywo bezglutenowe z serkiem waniliowym	
środa	śniadanie 300 kcal	Chleb pełnoziarnisty (1) 51g, wędlna drobiowa (6) 10g, pasta rybna 20g (ryba wędzona (4), serek kanapkowy (7), koperek) 20g, warzywa 30g	ser żółty	margaryna, wędlna, pasta rybna	pieczywo bezglutenowe	pasta rybna, wędlna drobiowa
	obiad 450 kcal	Zupa (9) ryżanka 250ml Kartacze z mięsem wieprzowym 160 g, mix warzyw z vinegret 60 g	Ryżanka Kartacze z farszem warzywnym z czerwoną fasolą, sałata	Ryżanka Kartacze z mięsem, sałata	Ryżanka Kartacze z mięsem, sałata	Ryżanka Kartacze z mięsem, sałata
	podwieczorek 250 kcal	Mango lassi (jogurt naturalny (7), mus mango) 230ml, pieczywo chrupkie (1) 30g		jogurt wegański mango, pieczywo chrupkie	mango lassi, wafle ryżowe	
czwartek		BOŻE CIAŁO				
piątek		WOLNE				

Prezentowane menu może ulec zmianie z powodów techniczno-zaopatrzeniowych

WSZYSTKIE ZUPY OPRÓCZ ROSOŁU I ZUPY MEKSYKAŃSKIEJ PRZYGOTOWYWANIE SA NA WYWARACH WARZYWNYCH

www.cateringdladzieci.com.pl