

			Zamienniki diet wykluczeniowych			
			WEGETARIAŃSKA/ BEZ RYBY	BEZMLECZNA	BEZGLUTENOWA	BEZJAJECZNA
poniedziałek	śniadanie 300 kcal	Pieczywo razowe (1), ser żółty (7) 20g, kiełbasa żywiecka 10g, warzywa 30g	ser żółty	margaryna, kiełbasa krakowska	pieczywo bezglutenowe, ser żółty, kiełbasa krakowska	ser żółty, kiełbasa krakowska
	obiad 450 kcal	Barszczyk czerwony (9) z ziemniaczkami i majerankiem 250ml Orientalny żółty ryż 100g z kurczakiem i warzywami 100g	Barszczyk czerwony Orientalny ryż z tofu i warzywami	Barszczyk czerwony Orientalny ryż z kurczakiem i warzywami	Barszczyk czerwony Orientalny ryż z kurczakiem i warzywami	Barszczyk czerwony Orientalny ryż z kurczakiem i warzywami
	podwieczorek 250 kcal	Naturalny jogurt (7) słodzony bananem, owocami 250g i domową granolą (1, 8) 10g		Jogurt roślinny	płatki bezglutenowe	ciasto wegańskie bez jaj i mleka
wtorek	śniadanie 300 kcal	Płatki na mleku (7) 220ml, pieczywo wieloziarniste (1) 33g, szynka wiejska (*) 8g, ser żółty (7), warzywa 30g	ser żółty	płatki na napoju roślinnym, wędlina	pieczywo bezglutenowe	twarożek, polędwica drobiowa
	obiad 450 kcal	Zupa (9) ogórkowa z ziemniaczkami 250ml Pieczone kulki wieprzowe (1, 3) w sosie pomidorowym 70g, kasza gryczana 100g, surówka z kapusty pekińskiej z papryką i sosem vinegret 40g	Ogórkowa pieczone kotlety z soczewicy, kasza gryczana, surówka	Ogórkowa Kulki wieprzowe w sosie z czerwonych warzyw, kasza gryczana, surówka	Ogórkowa Kulki bezglutenowe wieprzowe w sosie z czerwonych warzyw, kasza gryczana, surówka	Ogórkowa Kulki wieprzowe bez jajek w sosie z czerwonych warzyw, kasza gryczana, surówka
	podwieczorek 250 kcal	Gofry domowe (1, 3, 7) 60g, owoc 60g		ciasto wegańskie bez jaj i mleka	ciasto bezglutenowe	ciasteczka bezjajeczne
środa	śniadanie 300 kcal	Pieczywo żytnie (1) 44g, ser kanapkowy (7) 5g, schab pieczony 20g, warzywa 30g	serek kanapkowy	margaryna, schab pieczony	pieczywo bezglutenowe	
	obiad 450 kcal	Zupa (1) fasolowa 250ml Pierogi (1) nadziewane serem białym (7) z sosem owocowym 20g	Fasolowa (na wywarze warzywnym) Pierogi z serem twarogowym i sosem owocowym	Fasolowa Pierogi z jabłkiem	Fasolowa Pierogi bezglutenowe z jabłkiem	Fasolowa Pierogi (bez dodatku jaj) z jabłkiem
	podwieczorek 250 kcal	Bułka wrocławska (1) 40g, wędlinka drobiowa i/lub konfitura domowa 15g, warzywo 20g			pieczywo bezglutenowe	hummus
czwartek						
piątek						

1 MAJA

WOLNE

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

Prezentowane menu może ulec zmianie z powodów techniczno-zaopatrzeniowych

www.cateringdladzieci.com.pl