

JADŁOSPIS 11-15.05

7

Zamienniki diet wykluczeniowych:

			WEGETARIANSKA/ BEZ RYBY	BEZMLECZNA	BEZGLUTENOWA	BEZJAJECZNA
poniedziałek	śniadanie 300 kcal	Pieczyno orkiszowe (1) 42 g, ser żółty (7) 15 g, kielbasa krakowska 10 g, warzywa 30g	ser żółty	kielbaska krakowska	pieczywo bezglutenowe	
	obiad 450 kcal	Zupa z fasolką szparagową (9) 250ml Makaron (1) 100g z sosem a'la bolognese z mięsem wieprzowym i bazylią 80g	Zupa z fasolką; makaron z sosem napoli z bazylią i tofu	Zupa z fasolką; Makaron z sosem bolognese	Zupa z fasolką; Makaron bezglutenowy z sosem bolognese	Zupa z fasolką; Makaron bezglutenowy z sosem bolognese
	podwieczorek 250 kcal	Naturalny jogurt (7) słodzony owocami 230g i domową granolą (1, 8, 11) 10g, bufeczka wrocławska (1) 15g		Jogurt wegański z granolą	Jogurt z płatkami kukurydzianymi bezglutenowymi, pieczywo bezglutenowe	
wtorek	śniadanie 300 kcal	Płatki pełnoziarniste (1) na mleku (7) 220ml, chleb razowy (1) 33g z serkiem kanapkowym (7) 10g, wędlina drobiowa 8g, warzywa 30g	Serek kanapkowy	płatki na napój roślinny; wędlina drobiowa	płatki bezglutenowe; pieczywo bezglutenowe	
	obiad 450 kcal	Zupa (9) szczawiowa z jajkiem (4) 250g Pulpet (1) w sosie pieczeniowym 200g, kasza kuskus 100g, surówka z kolorowych papryk i białą kapustą 60g	Ogórkowa; sos warzywny z tofu, kasza gryczana, surówka	Ogórkowa; Pulpet w sosie pieczeniowym , kasza gryczana, surówka	Ogórkowa; Pulpet bezgl. w sosie pieczeniowym , kasza gryczana, surówka	Ogórkowa; Pulpet bez jajka w sosie , kasza gryczana, surówka
	podwieczorek 250 kcal	Kisiel własnej produkcji 200ml, herbatniki (1,7) 30g, woda / sok do picia 200ml		wafle ryżowe	ciasteczka bezglutenowe	
środa	śniadanie 300 kcal	Chleb mazurski (1) z 34g, polędwica sopocka 20g, ser żółty (7) 15g, warzywa 30g		polędwica sopocka	pieczywo bezglutenowe, kakao na mleku	
	obiad 450 kcal	Kapuśniaczek (9) ze słodkiej kapusty 250ml Naleśniki (1, 3, 7) z serem twarogowym (7) 160g i sosem jogurtowo (7)-owocowym 60g	Kapuśniaczek; Naleśniki z serem , musem	Kapuśniaczek; Naleśniki bezmleczne z jabłkiem	Kapuśniaczek; Naleśniki bezglutenowe z jabłkiem	Kapuśniaczek; Naleśniki bezjajeczne z serem
	podwieczorek 250 kcal	Placuszki z cukinii (1,3) 80g, sos jogurtowy (7) 30ml, woda / sok do picia 200ml		sos na jogurcie wegańskim	placuszki na mące owsianej	
czwartek	śniadanie 300 kcal	Pieczyno wieloziarniste (1) z 73g, schab pieczony (6, 9) 5g, ser biały (7) z miodem 35g, warzywa 30g	ser biały z miodem	schab pieczony	pieczywo bezglutenowe	
	obiad 450 kcal	Zupa neapolitanka (7, 9) z zacierkami (1) 250ml Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z warzywami 70g, ryż złocisty 100g	Neapolitanka; Pulpeciki z ciecierzycy w sosie pomidorowym, ryż	Ryżanka; kurczak w sosie słodko-kwaśnym, ryż	Ryżanka; kurczak w sosie słodko-kwaśnym, ryż, słupki warzywne	Ryżanka; kurczak w sosie słodko-kwaśnym, ryż
	podwieczorek 250 kcal	Bufeczka wrocławska (1) 30g, wędlina drobiowa 10g, warzywa 20g			pieczywo bezglutenowe	
piątek	śniadanie 300 kcal	Pieczyno pszenno-żytnie 66 g, ser żółty (7) 20g, jajko na twardo 60g, warzywa 30 g		ser żółty wegański, jajeczko	pasztet bezglutenowy	ser żółty, pasta warzywna
	obiad 450 kcal	Zupa (9) koperkowa 250ml Paluszki rybne panierowane (1, 4) 60g, ziemniaczki 100g, surówka z kapusty, ogórka kiszzonego i kukurydzy 60g	Zupa koperkowa; Kotlet jajeczny, ziemniaki, surówka	Zupa koperkowa; Paluszek rybny panierowany, ziemniaki, surówka	Zupa koperkowa; filet rybny w panierce bezglutenowej, ziemniaki, surówka	Zupa koperkowa; filet rybny panierowany (bez jaj), ziemniaki, surówka
	podwieczorek 180 kcal	Panna cota (7) z musem malinowym, owoc 60g		panna cota na jogurcie wegańskim		

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

Prezentowane menu może ulec zmianie z powodów techniczno-zaopatrzeniowych

www.cateringdladzieci.com.pl