

JADŁOSPIS BEZGLUTENOWY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 31.03	Kakao na mleku 150ml(7) Serek żółty niskotłuszczowy(7) lub szynka wieprzowa, mix warzyw sezonowych, pieczywo bezglutenowe z masłem (7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (7,9)	Sos a'la carbonara 100g(7) Makaron bezglutenowy 100g Kompot owocowy bez cukru 150ml	Kanapka z pieczywa bezglutenowego z wędlinką drobiową 1szt(7) Mix owoców sezonowych Herbatka owocowa bez cukru 150ml
WTOREK 01.04	Kaszka kukurydziana na mleku 150ml(7) Humus(wyrób własny)(11) lub polędwica drobiowa, mix warzyw sezonowych, pieczywo bezglutenowe z masłem(7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Zupa z soczewicy z pomidorami 250ml (9)	Fingersy z piersi kurczaka 60g (3) Ziemniaki 100g Kalafior gotowany z posypką z prażonego, mielonego słonecznika 50g Kompot owocowy bez cukru 150ml	Serek waniliowy 100g(7) (wyrób własny) Wafle Herbatka owocowa bez cukru 150ml
ŚRODA 02.04	Płatki ryżowe na mleku 150ml (7) Szynka wieprzowa lub jajko na twardo(3), mix warzyw sezonowych, pieczywo bezglutenowe z masłem(7) Herbatka miętowa bez cukru 150ml	Zupa jarzynowa 250ml (7,9)	Pierogi bezglutenowe z okrasą z cebulki 150g Surówka z białej kapusty z koperkiem 50g Kompot owocowy bez cukru 150ml	Kanapka z pieczywa bezglutenowego z miodem 1szt(7) Mix owoców sezonowych Herbatka miętowa bez cukru 150ml
CZWARTEK 03.04	Płatki jaglane na mleku 150ml (7) Wędlinka wieprzowa lub pasta z serka topionego(wyrób własny)(7)), mix warzyw sezonowych, pieczywo bezglutenowe z masłem,(7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Zupa marchewkowa 250ml (7,9)	Pieczeń rzymska w sosie pieczeniowym 100g (3) Kasza gryczana 100g Surówka żydowska 50g Kompot owocowy bez cukru 150ml	Mus owocowy 100g (wyrób własny) Wafle Herbatka owocowa bez cukru 150ml
PIĄTEK 04.04	Płatki ryżowe na mleku 150ml.(7) Serek biały(7) lub dżem niskosłodzony, pieczywo bezglutenowe z masłem (7) Herbatka rumiankowa bez cukru 150ml	Zupa kalafiorowa 250ml (7,9)	Ryba pieczona w sosie cytrynowym 100g (4,7) Ziemniaki 100g Bukiet warzyw 50g Kompot owocowy bez cukru 150ml	Domowe ciasto dietetyczne 80g (wypiek własny) Mix owoców sezonowych Herbatka rumiankowa bez cukru 150ml

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne