



DIETA BEZMLECZNA
12.02.-16.02.2018

DZIEŃ	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek	Chleb graham i mieszany z oliwą z oliwek/ szynka z kurczaka/ ogórek kiszony. Do picia: herbata roiboos. ALERGENY : 1	Zupa z brukselki. Spaghetti po bolońsku z makaronem i groszkiem zielonym. Jabłko ALERGENY : 1, 3, 9	Koktajl bananowo-truskawkowy. Chrupki kukurydziane. Do picia: woda niegazowana. ALERGENY :
		0	
Wtorek	Chleb graham i mieszany z oliwą z oliwek/ schab pieczony w ziołach (własnej produkcji)/ kiełbasa krakowska/ sałata. Do picia: herbata z dzikiej róży. ALERGENY : 1	Zupa kapuśniak z koperkiem. Jajo na parze z ziemniakami puree i surówką z marchewki i jabłka. Banan ALERGENY : 1, 3, 9	Naleśniki owsiane z powidłami śliwkowymi. Do picia: woda niegazowana. ALERGENY : 1
		0	
Środa	Chleb graham i mieszany z oliwą z oliwek/ szynka drobiowa/ pomidor/ pasta z tuńczyka z siemieniem lnianym. Płatki kukurydziane z napojem ryżowym i rodzynkami. Do picia: herbata melisa. ALERGENY : 1, 4	Zupa z soczewicy czerwonej. Pieczony pulpet z kurczaka i cukini w sosie pomidorowym, kasza burger i surówka z ogórka kiszzonego. Gruszka ALERGENY : 1, 3, 9	Budyń waniliowy. Sos malinowy. Do picia: woda niegazowana. ALERGENY :
		0	
Czwartek	Chleb graham i mieszany z oliwą z oliwek/ pasta z pieczonych warzyw ze świeżą pietruszką/ szynka wieprzowa / ogórek zielony. Do picia: herbata melisa. ALERGENY : 1	Zupa porowa z ziemniakami. Kolorowy kociotek warzywno - wieprzowy z kaszą gryczaną. Jabłko ALERGENY : 1, 9	Bułeczki z dżemem owocowym. Do picia: kompot. ALERGENY : 1
		0	
Piątek	Chleb graham i mieszany z oliwą z oliwek/ kiełbasa krakowska/ pasta jajeczna ze szczypiorkiem/sałata. Do picia: herbata rooibos. ALERGENY : 1, 3	Zupa krem wielowarzywny z grzankami. Pieczone kotleciki rybne z kalafiozem, puree buraczano-ziemniaczane, surówka z białej kapusty. ALERGENY : 1, 3, 4, 9	Owoce do wyboru (gruszka, jabłko, banan). Do picia: woda niegazowana. ALERGENY :
		0	

SKŁAD POSIŁKÓW DZIECI Z NIETOLERANCJAMI POKARMOWYMI/ALERGIAMI ZOSTANIE DOSTOSOWANY DO POTRZEB INDYWIDUALNYCH.