

JADŁOSPIS BEZGLUTENOWY

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 18.11	Kasza kukurydziana na mleku 150ml.(1,7) Szynka drobiowa lub ser żółty(7),papryka , sałata, pieczywo bezglutenowe z masłem(7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Rosolnik 250ml. (7,9)	Sos boloński z mięsem i warzywami 100g Makaron bezglutenowy 100g Kompot owocowy bez cukru 150 ml	Koktajl truskawkowy 100g(7) Wafle Herbatka owocowa bez cukru 150 ml
WTOREK 19.11	Płatki owsiane na mleku 150ml (7) Wędlina wieprzowa lub jajko na twardo(3), ogórek zielony ,rzodkiew biała , pieczywo bezglutenowe z masłem(7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Zupa pomidorowa 250ml. (9)	Udzik pieczony (bez kości) 60g Ziemniaki 100g Surówka z kapustą pekińską 50g Kompot owocowy bez cukru 150 ml	Kanapka z pieczywa bezglutenowego pastą z białej fasoli 1 szt.(7) Mix owoców Herbatka owocowa bez cukru 150 ml
ŚRODA 20.11	Płatki jaglane na mleku 150 ml (7) Twarożek waniliowy (7) lub polędwica sopocka , mix warzyw, pieczywo bezglutenowe z masłem(7), Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Kartoflanka 250ml (7,9)	Pierogi bezglutenowe z okrasą z cebulki 150g Surówka z białej kapusty 50g Kompot owocowy bez cukru 150ml.	Kanapka z pieczywa bezglutenowego z miodem 1 szt. .(7) Mix owoców Herbatka owocowa bez cukru 150ml
CZWARTEK 21.11	Płatki kukurydziane na mleku 150ml(7) Parówki na ciepło, ketchup, pieczywo bezglutenowe z masłem,(7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml.	Zupa grochowa 250ml (7,9)	Bitki z sosem 100g Kasza gryczana 100 g Buraczki 50g Kompot owocowy bez cukru 150ml.	Kasza kukurydziana z mango 100g Chrupki Herbatka owocowa bez cukru 150ml
PIĄTEK 22.11	Płatki ryżowe na mleku 150ml.(7) Pasta rybno-jajeczna z warzywami (3,4) lub wędlina drobiowa ,mix warzyw, pieczywo bezglutenowe z masłem (7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml.	Zupa kalafiorowa 250ml (7,9)	Kotlecik jajeczny 80g(3) Ziemniaki 100g Surówka z czerwonej kapusty 50g Kompot owocowy bez cukru 150ml.	Ciasto domowe dietetyczne 80g (wypiek własny) Mix owoców Herbatka owocowa 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