

JADŁOSPIS BEZ ZBÓŻ GLUTENOWYCH*

DLA DZIECI 1- 6 LAT O ZAPOTRZEBOWANIU ENERGETYCZNYM 1000-1400 KCAL/DOBA



pon. .19.07	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem (7), naturalny serek kanapkowy (7), papryka, kakao na mleku (7)	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa jarzynowa z kaszą jaglaną (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	pieczony sznycel z indyka w panierce bezglutenowej (3), ziemniaki, surówka z marchewki i selera z jogurtem naturalnym (7,9), kompot wieloowocowy z truskawką		3.jajko 7.mleko 9.seler
	PODWIECZOREK:	jogurt naturalny (7) z plasterkami banana		7.mleko
wt. .20.07	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem (7), pieczony paszтет drobiowy z wątróbką, pomidor, herbata owocowa	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa szczawiowa z jajkiem i z ziemniakami (3,9)		3.jajko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	bezglutenowy makaron spaghetti ze śmietanowym sosem alla carbonara z szynką i parmezanem (7), fasolka szparagowa gotowana na parze, kompot z jabłek		7.mleko
	PODWIECZOREK:	arbuz, wafel ryżowy		brak
śr. .21.07	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem (7), wędlina z indyka, ogórek kiszony, sałata, mleko (7)	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	botwinka z ziemniakami zabelana (7,9)		7.mleko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	gołąbek z ryżem i mięsem wieprzowo-wołowym, sos pomidorowy niezagęszczany, kalarepa do chrupania, kompot z wiśni		brak
	PODWIECZOREK:	kremowy serek brzoskwiniowy (7)		7.mleko
czw. .22.07	ŚNIADANIE:	płatki kukurydziane bezglutenowe na mleku (7), chleb bezglutenowy z masłem (7), twarożek (7), ogórek gruntowy, szczypiorek, herbata owocowa	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa krem z cukinii (9) z prażonymi pestkami słonecznika		9.seler
	DRUGIE DANIE:	filet z dorsza saute (4), ziemniaki, surówka z kiszzonej kapusty z marchewką, kompot owocowy ze śliwkami		4.ryba
	PODWIECZOREK:	miks owoców - czereśnie, morele, agrest		brak
pt. .23.07	ŚNIADANIE:	kakaowa gryczanka na mleku z miodem (7), chleb bezglutenowy z masłem (7), pasta jajeczna z awokado (3), rzodkiewka, herbata owocowa	ALERGENY:	3.jajko 7.mleko
	ZUPA:	zupa warzywna z soczewicą i ziemniakami (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	warzywny ratatuj z ziołami prowansalskimi (papryka, cukinia, bakłażan, pomidory), kasza jaglana, kalafior gotowany na parze, kompot owocowy z porzeczkami		brak
	PODWIECZOREK:	koktajl bananowo-jeżynowy na maślanie (7)		7.mleko

*Nie jest przeznaczony dla osób chorych na celiakię. W pomieszczeniach produkcyjnych używane są produkty zawierające gluten

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak



Pogrubieniem zaznaczono różnice w stosunku do jadłospisu podstawowego