

poniedziałek

Śniadanie

Szynka gotowana | Twarożek śniadaniowy | Pieczywo mieszane (bułka paryska, chleb razowy) | Masło | Dodatek warzywny (pomidor) | Herbata z miodem

Alergeny:1,3,6,7,9,10,11

Diety: Pieczywo bezglutenowe / wędlina bezglutenowa / w. sojowa / twarożek bez laktozy

Obiad

Zupa z brokołu z makaronem | Sos gulaszowy | Kasza gryczana | Ogórek kiszony | Kompot jabłkowy

Alergeny –1,3,5,6,7,9,10

Diety – Zupa bez laktozy z makaronem bezglutenowym, bez jajka / sos bezglutenowy / sos bez mięsa

Podwieczorek

Koktajl gruszkowy z nutą migdałową | Wafelek ryżowy / Alergeny – 1

Diety – Koktajl bez cukru

wtorek

Śniadanie

Indyk z pieca | Dżem owocowy | Pieczywo mieszane (bułka paryska, chleb wieloziarnisty) | Masło | Dodatek warzywny (papryka) | Kawa inka na mleku

Alergeny:1,3,6,7,9,10,11

Diety: Pieczywo bezglutenowe / wędlina bezglutenowa / w. sojowa / dżem bez cukru

Obiad

Barszcz czerwony | Kurczak pieczony | Puree ziemniaczane | Tarta marchewka z jabłkiem | Kompot owocowy

Alergeny –1,3,5,6,7,9,10

Diety – Zupa bez laktozy / kurczak bezglutenowy / kotlecik sojowy / ziemniaczki z wody / surówka bez laktozy

Podwieczorek

Kisiel owocowy | Wafelek kukurydziany / Alergeny – 1

Diety – Kisiel bezglutenowy, bez cukru

środa

Śniadanie

Kiełbaska na gorąco | Humus | Pieczywo mieszane (bułka paryska, chleb z dyni) | Masło | Dodatek warzywny - sałata lodowa / ketchup | Herbata z owoców leśnych

Alergeny:1,3,6,7,9,10,11

Diety: Wafle ryżowe / kiełbaska bezglutenowa / kiełbaska sojowa / humus bezglutenowy

Obiad

Krupniczek | Naleśniki z serem i jogurtem z musem brzoskwińowym | Kompot truskawkowy

Alergeny –1,3,5,6,7,9,10

Diety – Zupa bezglutenowa / naleśniki bezglutenowe, bez jajka, bez laktozy z jogurtem bez laktozy, bez cukru / mus bez cukru

Podwieczorek

Mix owoców – jabłuszko, pomarańcza

czwartek

Śniadanie

Serek wiejski | Kurczak pieczony | Masło | Pieczywo mieszane (bułka paryska, chleb słonecznikowy) | Dodatek warzywny (ogórek, pomidor) | Herbata malinowa / Alergeny:1,3,6,7,9,10,11

Diety: Pieczywo bezglutenowe / serek bez laktozy / wędlina bezglutenowa / w. sojowa

Obiad

Krem z dyni z groszkiem ptysiowym | Indyk w sosie słodko – kwaśnym z ryżem | Kompot Owocowy

Alergeny –1,3,5,6,7,9,10

Diety – Zupa bez laktozy z groszkiem ptysiowym bezglutenowym / indyk w sosie bezglutenowym / sos warzywny

Podwieczorek

Jogurcik do picia z mango | Posypka z płatków owsianych / Alergeny – 1,7

Diety – Jogurcik bez laktozy, bez cukru / z posypką bezglutenową

piątek

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku | Bułeczka z musem z jabłka i daktyli | Masło | Herbata z cytryną

Alergeny:1,3,6,7,9,10,11

Diety: Pieczywo bezglutenowe / płatki bezglutenowe na mleku bez laktozy, bez cukru / mus bez cukru

Obiad

Zupa jarzynowa | Paluszki rybne | Ziemniaczki z koperkiem | Surówka z czerwonej kapusty | Kompot jabłkowy

Alergeny –1,3,5,6,7,9,10

Diety – Zupa bez laktozy / paluszki w panierce bezglutenowej, bez jajka / paluszki z indyka / ziemniaczki z wody / surówka bez laktozy

Podwieczorek

Banan

alergeny

1

gluten

2

skorupiaki

3

jaja

4

ryby

5

orzeszki ziemne

6

soja

7

laktoza

8

orzechy

9

seler

10

gorczyca

11

nasiona sezamu

12

dwutlenek siarki i siarczany w stężeniu <10mg/kg

13

lubin