

TYDZIEŃ 07.09 – 11.09 DIETA BEZGLUTENOWA I BEZLAKTOZOWA

Poniedziałek

Śniadanie - Kanapki z pomidorem / marchewka do pochrupania

II Śniadanie - owoc

Zupa - Domowy rosół z makaronem, marchewką i pietruszką

Obiad - Gotowany pulpecik wieprzowy w sosie pieczeniowo - musztardowym, surówka z buraczków, kasza bez glutenowa z ziołami, woda mineralna

Podwieczorek – Płatki owsiane na mleku ryżowym z mussem jabłkowo - brzoskwiniowym i cynamonem

Wtorek

Śniadanie - Kanapki z naszym pasztetem drobiowo - warzywnym i ogórkiem

II Śniadanie -owoc

Zupa - Zupa jarzynowa z ryżem i zieleniną

Obiad - Bigosik z młodej kapusty z kurczakiem i śliwkami suszonymi, ziemniaki puree z koperkiem, woda mineralna

Podwieczorek – Ciasto amerykańskie naszej produkcji z jabłkiem i rodzynkami 3

Środa

Śniadanie - Kanapki z pastą z marchewki i szczypiorkiem

II Śniadanie - owoc

Zupa - Zupa kalafiorowa z zacierką

Obiad - Makaron spaghetti z sosem Bolognese z warzywami (marchewka, seler, groszek zielony) , woda mineralna 9

Podwieczorek – Płatki owsiane na mleku ryżowym z brzoskwinią

Czwartek

Śniadanie - Kanapka z gotowaną pierśią kurczaka / ogórek kwaszony

II Śniadanie - owoc

Zupa - Krem z buraka z ziemniakiem

Obiad – Filet drobiowy smażony w cieście, bukiet warzyw gotowanych (kalafior, brokuł, marchewka), ryż paraboliczny gotowany z bazylią, woda mineralna

Podwieczorek – Kisiel brzoskwiniowy z owocami

Piątek

Śniadanie - Kanapki z grillowaną cukinią i pomidorem

II Śniadanie - owoc

Zupa - Zupa kalafiorowa z makaronem i kurczakiem

Obiad - Pyzy parowane podane z sosem pieczarkowo – warzywnym (marchew, seler, kukurydza, fasola czerwona) surówka szwedzka z ogórków konserwowych i marchewki, woda mineralna – 9

Podwieczorek – Smoothie mleczno – owocowe z płatkami owsianymi i bakaliami suszonymi

AGENDA– ALERGENY

1.ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, 2.SKORUPIAKI, 3.JAJA, 4.RYBY, 5.ORZECHY ZIEMNE, 6.SOJA, 7.MLEKO I PRZETWORY MLECZNE, 8.ORZECHY, 9.SELER, 10.GORCZYCA, 11.SEZAM, 12.DWUTLENEK SIARKI, 13.LUBIN, 14.MIĘCZAKI

TYDZIEŃ 14.09 – 18.09 DIETA BEZGLUTENOWA I BEZLAKTOZOWA

Poniedziałek

Śniadanie - Kanapki z pieczonym schabem /górek kwaszony

II Śniadanie - owoc

Zupa - Zupa żurek staropolski z kurczakiem i jajkiem **3**

Obiad - Pierogi leniwe z ziemniaków z naszym sosem brzoskwiniowym, woda mineralna **3**

Podwieczorek – Płatki kukurydziane na mleku ryżowym z

Wtorek

Śniadanie - Kielbaski bez glutenowe z wody z kanapką i ketchupem

II Śniadanie - owoc

Zupa - Krem z korzenia pietruszki z grzankami

Obiad - Gołąbki z młodej kapusty mięsem i ryżem oraz sosem pomidorowym , ziemniaki puree z zielenią, woda mineralna

Podwieczorek – Ciasto drożdżowe naszej produkcji z gruszką **3**

Środa

Śniadanie - Kanapka z powidłami naszej produkcji

II Śniadanie - owoc

Zupa - Zupa groszkowo- brokułowa z zacierką

Obiad - Kotlecik mielony panierowany, sałatka z pomidorów ogórka na mleku ryżowym, kasza Kus Kus bez glutenowa z ziołami, woda mineralna

Podwieczorek – Galaretkę kolorową z owocem

Czwartek

Śniadanie - Kanapki z pastą z kalafiora na sałacie

II Śniadanie - owoc

Zupa - Zupa pomidorowa z makaronem

Obiad – Udka drobiowe gotowane w sosie własnym, gotowana marchewka z groszkiem zielonym, ryż paraboliczny z tymiankiem, woda mineralna

Podwieczorek - Koktajl truskawkowy na mleku ryżowym ze słonecznikiem i płatkami owsianymi

Piątek

Śniadanie - Kanapki z pastą jajeczną /rzodkiewka do pochrupania **3**

II Śniadanie - Płatki gryczane z mlekiem ryżowym i jabłkiem **1,7**

Zupa - Krupnik z kurczakiem i warzywami

Obiad - Miruna panierowana zapiekana z warzywami po grecku (marchew, seler, cebula, por) , ziemniaki gotowane z zielenią, woda mineralna **3,4,9**

Podwieczorek – Płatki gryczane z mlekiem ryżowym i jabłkiem **1,7**

AGENDA– ALERGENY

1.ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, 2.SKORUPIAKI, 3.JAJA, 4.RYBY, 5.ORZECHY ZIEMNE, 6.SOJA, 7.MLEKO I PRZETWORY MLECZNE, 8.ORZECHY, 9.SELER, 10.GORCZYCA, 11.SEZAM, 12.DWUTLENEK SIARKI, 13.LUBIN, 14.MIĘCZAKI

