

MENU BEZBIAŁKOWE 18-22.11.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIALEK	Baton pszenny (40g) ¹ , masło roślinne (10g), wędlina drobiowa (30g), ogórek zielony (50g), herbata z cytryną (200ml) 228,96 kcal	Sok owocowy 100%(100ml) Wafle ryżowe (2 szt.) 77,92 kcal	Zupa z fasolki szparagowej z literkowym makaronem (250ml) ^{1,9} , gulasz wieprzowy (80g), sałatka szwedzka (50g), kasza bulgur (100g) ¹ , kompot owocowy (150ml). 408,55 kcal	Mus owocowy z musli zbożowo owocowym (120g) ¹ + woda mineralna (100ml) 91,74 kcal
WTOREK	Pieczywo pszenne i żytnie razowe (40g) ¹ , masło roślinne (10g), pasta rybna (30g) ⁴ , marchewka do chrupania (50g), herbata owocowa (200ml). 239,65 kcal	Banan (100g) + woda mineralna (100ml) 51,94 kcal	Zupa ogórkowa z ryżem (250ml) ⁹ , mini devolaile (60g) ¹ , ziemniaki puree (100g), sałata lodowa z ogórkiem, pomidorem i sosem winegret (50g), kompot owocowy (150ml). 408,93 kcal	½ bułki z roślinnym żółtym serem i białą rzepą (60g) ¹ + woda mineralna (100ml) 103,65 kcal
ŚRODA	Pieczywo pszenne i kukurydziane (40g) ¹ , masło roślinne (10g), szynka wiejska (30g), pomidor (50g), herbata z cytryną (200ml). 217,24 kcal	Arbuz (100g) + woda mineralna (100ml) 31,02 kcal	Zupa gulaszowa z ziemniakami (250ml) ⁹ , domowe naleśniki bezbiałkowe z marmoladą (2 szt.) ^{1,7} , sos owocowy (50g), kompot owocowy (150ml). 406,42 kcal	Mini pizza (40g) ¹ + woda mineralna (100ml) 98,67 kcal
CZWARTEK	Bułka pszenna i razowa (40g) ¹ , masło roślinne (10g), humus ze szczypiorkiem (30g), rzodkiewka (50g), herbata owocowa (200ml). 219,87 kcal	Nektarynka (100g) + woda mineralna (100ml) 28,69 kcal	Zupa zacierkowa (250ml) ^{1,9} , gołąbki leniwe w sosie pomidorowym (80g), ziemniaki puree (100g), kompot owocowy (150 ml). 427,64 kcal	Muffinka bezbiałkowa z owocami (wypiek własny 35g) ¹ + woda mineralna (100ml) 101,44 kcal
PIĄTEK	Pieczywo pszenne i graham (40g) ¹ , masło roślinne (10g), roślinny ser żółty (30g), ogórek zielony (50g), herbata z cytryną (200ml). 249,31 kcal	Jabłko (100g) + woda mineralna (100ml) 42,03 kcal	Zupa barszcz czerwony (250ml) ⁹ , kopytka z bułką tartą i maselkiem (200g), sałatka jesienna (50g), kompot owocowy (150ml). 405,27 kcal	Budyń waniliowy na mleku roślinnym z mussem owocowym (wyrób własny 100g) + woda mineralna (100ml) 98,54kcal

*Z przyczyn technicznych oraz logistycznych zastrzegamy sobie prawo dokonywania drobnych zmian w jadłospisie.

***PRZY ALERGIACH POKARMOWYCH NA DODATKOWE POJEDYŃCZE PRODUKTY (np. OWOCE LUB WARZYWA) BĘDĄ ONE ELIMINOWANE I ZASTĘPOWANE INNYMI NIEUCZULAJĄCYMI PRODUKTAMI**



696-337-365

504-192-427

cateringdabrowa@gmail.com