

Jadłospis

	PRZEDŚNIADANIE	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK. 09.09.2024 r.	Pieczywo, masło, wędlina, ser żółty, pomidor lub dżem, herbata	Chleb bezglutenowy, masło roślinne, kasza jaglana na mleku roślinnym, pasta warzywna, ogórek zielony, Kakao na mleku roślinnym	Arbuz, pączki kukurydziane	Zupa porowo- ziemniaczana, potrawka drobiowa, surówka z marchwi i brzoskwini, ryż, kompot z mieszanki owocowej	Jabłko, ciastko bezglutenowe, herbata owocowa
WTOREK 10.09.2024 r.		Chleb bezglutenowy, masło roślinne, pasta z soczewicy, rzodkiewka kawa Inka z mlekiem roślinnym	Koktajl truskawkowy na mleku roślinnym	Zupa jarzynowa z makaronem bezglutenowym, pulpecik wołowy w mące kukurydzianej, surówka z kapusty biało -czerwonej, ziemniaki, kompot z wiśni	Mus jabłkowy z płatkami migdałów, herbata owocowa
ŚRODA 11.09.2024 r.		Chleb bezglutenowy masło roślinne, ryż na mleku roślinnym, filet z kurczaka pieczony, pomidor, herbata z cytryną	Sałatka owocowa, napój malinowy	Kapuśniak, makaron bezglutenowy z soczewicą, mus wiśniowy, kompot z mieszanki owocowej	Jogurt wegański
CZWARTEK 12.09.2024 r.		Kasza jaglana z jabłkiem, rodzynkami i płatkami migdałów, napój owsiany	Pieczywo bezglutenowe z masłem roślinnym i pastą warzywną, herbata owocowa	Zupa pomidorowa z ryżem, kotlet drobiowy panierowany w mące kukurydz, sałatka z buraczków i jabłka, ziemniaki opiekane, kompot z truskawek	Placuszek na mące kukurydzianej z owocami, herbata owocowa
PIĄTEK 13.09.2024 r.		Chleb bezglutenowy, masło roślinne, pasta z ryby w pomidorach, mus truskawkowy, ogórek zielony, herbata z cytryną	Shake bananowy na mleku roślinnym	Krem z dyni z grzankami bezglutenowymi, Pieczeń z soczewicy, sałatka z kapusty pekińskiej, kompot z jabłek	Mus gruszkowy z herbatnikiem bezglutenowym i płatkami migdałów

DIETA BEZGLUTENOWA