

Jadłospis

	PRZEDŚNIADANIE	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK. 29.07.2024 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, herbata z cytryną	Koktajl truskawkowy na mleku roślinnym	Zupa ogórkowa z ziemniakami, wołowina gotowana mielona, sos śmietanowy na mące kukurydzianej, fasolka szparagowa, ryż, kompot z mieszanki owocowej	Herbatnik bezglutenowy, nektarynka, herbata owocowa
WTOREK 30.07.2024 r.		Chleb bezglutenowy, masło roślinne, pasta z truskawek, kalarepa, kawa Inka karmelowa z mlekiem roślinnym	Arbuz, pieczywo ryżowe, herbata owocowa	Rosół z makaronem bezglutenowym, mięso drobiowe gotowane, surówka z marchwi i jabłka, ziemniaki, kompot z truskawek	Placuszki bananowo - kukurydziane, herbata z miętą
ŚRODA 31.07.2024 r.		Chleb bezglutenowy masło roślinne, ryż na mleku roślinnym, pasta drobiowa, pomidor, kakao na mleku roślinnym	Chrupki kukurydziane, woda mineralna	Zupa fasolowa z ziemniakami, makaron bezglutenowy ze szpinakiem, kompot z mieszanki owocowej	Soczek owocowy, ciastka bezglutenowe
CZWARTEK 01.08.2024 r.		Kasza jaglana z jabłkiem, rodzynkami i płatkami migdałów, napój owsiany	Koktajl bananowy na mleku roślinnym z nasionami chia	Zupa kalafiorowa z ryżem, sznycelek drobiowy, mizeria z koperkiem, ziemniaki, kompot z jabłek	Pieczywo bezglutenowe z pastą warzywną i sałatą zieloną, herbata zielona
PIĄTEK 02.08.2024 r.		Chleb bezglutenowy, masło roślinne, pasta z ryby w oleju, ogórek zielony, herbata z cytryną	Pieczywo ryżowe, mus truskawkowy lemoniada pomarańczowa	barszcz czerwony z botwinką, kotlecik rybny z dorsza, sałatka z kapusty pekińskiej, ziemniaki, kompot z truskawek	Ciasteczka bezglutenowe, nektarynka, herbata owocowa

DIETA BEZGLUTENOWA