



Pychotka
Catering

JADŁOSPIS BEZ ZBÓŻ GLUTENOWYCH*

DLA DZIECI 1-6 LAT O ZAPOTRZEBOWANIU ENERGETYCZNYM 1000-1400 KCAL/DOBA



pon. .10.05	ŚNIADANIE:	płatki kukurydziane bezglutenowe na mleku ⁽⁷⁾ , chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , twarożek ⁽⁷⁾ , rzodkiewka, herbata owocowa	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa ogórkowa z ryżem ⁽⁹⁾		9. seler
	DRUGIE DANIE:	filet z kurczaka saute, ziemniaki, brokuły na ciepło z oliwą, kompot wieloowocowy ze śliwkami		brak
	PODWIECZOREK:	jabłko		brak
wt. .11.05	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , pasta z cieciorki z pieconą marchewką, miks kolorowych warzyw, pestki dyni, kakao na mleku ⁽⁷⁾	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	botwinka z ziemniakami zabelana ^(7,9)		7.mleko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	pomidorowy sos boloński z mięsem z szynki wieprzowej bez zagęszczania, makaron bezglutenowy, zielony groszek, kompot wieloowocowy z wiśniami		brak
	PODWIECZOREK:	koktajl z owoców leśnych na maślanec ⁽⁷⁾		7.mleko
śr. .12.05	ŚNIADANIE:	pieczywo bezglutenowe z masłem ⁽⁷⁾ , pasta jajeczna z jogurtem naturalnym ^(3,7) , ogórek, mleko ⁽⁷⁾	ALERGENY:	3.jajko 7.mleko
	ZUPA:	gładka zupa marchewkowa z kaszą jaglaną ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	pulpecik rybny bez bulki w sosie śmietanowym bez zagęszczania ^(3,4,7) , kasza jagłana, sałata lodowa z kolorową papryką i miodowo-cytrynowym sosem vinegrette, kompot wieloowocowy z porzeczkami		3.jajko 4.ryba 7.mleko
	PODWIECZOREK:	plasterki banana z jogurtem greckim ⁽⁷⁾		7.mleko
czw. .13.05	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , pasta serowa z mozzarelli ⁽⁷⁾ , pomidor, herbata owocowa	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiemzabelana ^(7,9)		7.mleko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	gulasz z indyka z warzywami (cukinia, marchewka, kukurydza) zagęszczany mąką bezglutenową, kasza gryczana, surówka z młodej kapusty z natką pietruszki, kompot jabłkowy		brak
	PODWIECZOREK:	smoothie owocowe na tłoczonym soku jabłkowym		brak
pt. .14.05	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , naturalna szynka z Bobrownik, ogórek kiszony, sałata, mleko ⁽⁷⁾	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa fasolowa z pomidorami i ziemniakami ⁽⁹⁾		9. seler
	DRUGIE DANIE:	ręcznie lepięone pierogi ruskie z mąki bezglutenowej ⁽⁷⁾ , gęsty jogurt naturalny ⁽⁷⁾ , tarta marchewka z jabłkiem, kompot wiśniowy		7.mleko
	PODWIECZOREK:	cząstki gruszki, chrupki kukurydziane		brak

*Nie jest przeznaczony dla osób chorych na celiakię. W pomieszczeniach produkcyjnych używane są produkty zawierające gluten



Pogrubieniem zaznaczono różnice w stosunku do jadłospisu podstawowego

Zatwierdzone przez: dietetyk mgr inż. Anna Motak

Anna Motak