

JADŁOSPIS BEZ ZBÓŻ GLUTENOWYCH*

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



pon. .26.04	ŚNIADANIE:	plátky kukurydziane bezglutenowe na mleku (7), chleb bezglutenowy z masłem (7), naturalny serek kanapkowy (7), ogórek zielony, herbata owocowa	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa pomidorowa z ryżem brązowym (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	filet z kurczaka w paprykowej marynacie, ziemniaki, kalafior na parze, kompot wieloowocowy z truskawką		brak
	PODWIECZOREK:	banan		brak
wt. .27.04	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem (7), wędlina drobiowa (6,10), pomidor, sałata, naturalne kakao na mleku (7)	ALERGENY:	6.soja 7.mleko 10.gorczyca
	ZUPA:	zupa ziemniaczana z fasolką szparagową (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	kotlecik z łopatki wieprzowej i wołowiny bez bulki w sosie własnym niezagęszczanym, kasza gryczana, plasterki ogórka kiszzonego, kompot z jabłek		brak
	PODWIECZOREK:	jogurt naturalny z musem owocowym (7)		7.mleko
śr. .28.04	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem (7), pasta z pieczonego dorsza z pomidorami (4), miks kolorowych warzyw, mleko (7)	ALERGENY:	4.ryba 7.mleko
	ZUPA:	zupa dyniowa z mleczkiem kokosowym i ziemniakami (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	makaron bezglutenowy z młodą i kiszoną kapustą oraz mięsem z szynki (1), plasterki marchewki na ciepło, kompot z jabłek i gruszek		brak
	PODWIECZOREK:	kremowy serek twarogowy z brzoskwiniami (7)		7.mleko
czw. .29.04	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem (7), twarożek (7), papryka, szczypiorek, herbata owocowa	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa brokułowa z ziemniakami (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	słodko-kwaśny sos z indykiem, ananase i pomidorami bez zagęszczania, żółty ryż z kurkumą, surówka z kapusty pekińskiej z pietruszkowo-cytrynową oliwą, kompot owocowy ze śliwkami		brak
	PODWIECZOREK:	kisiel cytrynowo-pomarańczowy		brak
pt. .30.04	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem (7), pasztet z pieczonych warzyw i kaszy jaglanej (3), ogórek kiszony, szczypiorek, mleko (7)	ALERGENY:	3.jajko 7.mleko
	ZUPA:	lekka zupa grochowa z ziemniakami i cząbrem (9)		9.seler
	DRUGIE DANIE:	makaron bezglutenowy z polewą truskawkowo-jogurtową (7), gruszki prażone z kardamonem, kompot owocowy z porzeczkami		7.mleko
	PODWIECZOREK:	pieczywo bezglutenowe, tarta rzodkiewka z jogurtem naturalnym (7)		7.mleko

*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