



Mamy sposób
na posiłek!

www.mealway.pl



Menu przedszkolne- dieta wegetariańska 02.05 – 30.05

Dzień	I śniadanie	II śniadanie	Zupa	Drugie danie	Deser
Piątek 02.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, ser żółty /7/, pasta hummus /11/, rzodkiewka, ogórek kiszony Herbatka owocowa	Płatki kukurydziane z mlekiem /7/	Krem z brokuła cukinii i zielonego groszku z grzankami razowymi /1,9/	Pierogi z truskawkami /1,3,7/ sos śmietanowo-jogurtowy /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Mix warzyw do chrupania/ Chrupki kukurydziane
Poniedziałek 05.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, dżem wieloowocowy niskosłodzony , serek śmietankowy do smarowania /7/, sałata, ogórek zielony Herbata z dzikiej róży	Budyń czekoladowy /7/ z syropem owocowym	Wiosenna zupa z kalarepą zielonym groszkiem ziemniakami i koperkiem /9/	Gulasz soczewicowy z warzywami kasza jęczmienna perłowa /1/ z natką pietruszki surówka z buraczków z cebulką Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurtowe mango lassi z bananem /7/ Wafelki z ciecierzycy 2 sztuki
Wtorek 06.05	Buteczka grahamka, razowa /1/, masło /7/, ser żółty /7/ , pasta z soczewicy z pomidorami, ogórek zielony, papryka Kakao na mleku /7/	Płatki jaglane gotowana na mleku /7/ z musem owocowym	Ogórkowa na wywarze warzywnym z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Pierogi ruskie z ziemniakami i serem /1,7/ z okrasą z cebulki kleks kwaśnej śmietany /7/ surówka koperkowa Napój: Kompot wieloowocowy	Drożdżówka z serem i kruszonką /1,3,7/
Środa 07.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, miód, ser twarogowy półtłusty w plasterkach, rzodkiewka, ogórek zielony Napar z melisy i mięty z cytryną	Owsianka /1/ gotowana na mleku /7/ z suszoną żurawiną	Bulion wegetariański z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Domowy kotlet z białej fasoli z cukinią i natką pietruszki /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ mizeria z ogórków i rzodkiewki /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Smothie owocowe / Ciasteczko kukurydziane /3/

**Mealway**

Czwartek 08.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta z pieczonych warzyw , ser żółty /7/, pomidor, ogórek kiszony Herbatka malina owoce leśne	Jogurt naturalny /7/ Płatki kukurydziane Jabłko / marchew w słupkach	Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym /9/	Makaron farfalle /1/ w sosie neapolitańskim z marchewką bazylią i serem mozzarella /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Kruchy placek z truskawkami rabarborem i kruszonką /1,3/
Piątek 09.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta jajeczna /3/, dżem wiśniowy niskosłodzony, szczypiorek, ogórek zielony Herbata rooibos	Ryż gotowany na mleku /7/ z musem jabłkowym	Pomidorowa z makaronem nitki śmietaną roślinną i natką pietruszki /1,9/	Kotlet jajeczny z kalafiozem /1,3/ gotowane ziemniaki z koperkiem surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem Napój: Kompot wieloowocowy	Pudding jaglano-bananowy z musem z mango /7/ Melon
Poniedziałek 12.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, serek truskawkowy /7/, mus owocowy , rzodkiewka, sałata Napar z rumianku i lipy	Budyń śmietankowy /7/mix warzyw do chrupania	Krem z białych warzyw ze szparagami /9/	Ciecierzycy teriyaki /6/ z warzywami /marchewka kolorowa papryka brokuł/ i świeżym szczypiorkiem ryż paraboliczny gotowany na parze Napój: Kompot wieloowocowy	Jabłko/ Biskopki 2 sztuki /1,3,7/
Wtorek 13.05	Butelczka z ziarnami, razowa /1/, masło /7/,miód, ser mozzarella /7/, ogórek zielony, pomidor Kakao na mleku /7/	Płatki kukurydziane na mleku /7/	Kapuśniak z młodej kapusty na wywarze warzywnym z ziemniakami i koperkiem /9/	Kotlet z marchewki i soczewicy w delikatnej panierce z płatków kukurydzianych /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z białej kapusty z jabłkiem i porem Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt naturalny z domową granolą i truskawkami /1,7/ Arbuz
Środa 14.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, kielbaska gotowana wegetariańska , ser żółty /7/, ogórek kiszony, pomidor Herbatka owocowa	Kaszka manna /1/ gotowana na mleku /7/ z musem owocowym	Meksykańska na wywarze warzywnym z fasolą i kukurydzą /9/	Naleśniki /1,3,7/ z serkiem stracciatella /7/ i musem brzoskwińowo-bananowym Napój: Kompot wieloowocowy	Pasztecik z ciasta francuskiego z farszem pieczarkowym /1,3,7/
Czwartek 15.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta jajeczna /3/, twaróg z olejem lnianym i ogórkiem zielonym /7/, pomidor, ogórek zielony Napar ziołowo-owocowy	Pudding z płatków jaglanych z bananem /7/ ½ Kalarepki	Barszcz z botwinki z ziemniakami i śmietaną roślinną /9/	Pulpety z ciecierzycy /3/ w sosie pomidorowo-śmietanowym /7/ kasza bulgur /1/ surówka z buraczków z cebulą Napój: Lemoniada cytrynowa	Kisiel brzoskwińowy z owocami / Chrupkie pieczywo razowe

**Mealway**

Piątek 16.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta z soczewicy , jajko gotowane na twardo /3/, rzodkiewka, szczypiorek Herbatka cytrynowa	Płatki ryżowe gotowane na mleku /7/ z musm truskawkowym	Krem z pieczonej papryki pomidorów i dyni ze śmietaną i tartą mozzarellą /7,9/	Makaron pełnoziarnisty /1/ z pesto bazyliowo-pietruszkowym i zielonym groszkiem posypyany serem pecorino /7/ blanszowana mini marchewka Napój: Kompot wieloowocowy	Szarlotka na kruchym spodzie z bezą i kakaową kruszonką /1,3/
Poniedziałek 19.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta hummus /11/ , ser żółty /7/, ogórek kiszony, rzodkiewka Napar malina z rumiankiem i lipą	Jaglanka gotowana na mleku /7/ z syropem owocowym	Koperkowa na wywarze warzywnym z młodymi ziemniakami i kurkumą /9/	Gulasz węgierski z białą fasolką i warzywami kolorowe kluki śląskie /1/ surówka z młodej kapusty marchewki i jabłka Napój: Napój jabłkowy	Gruszka / Wafelki z ciecierzycy 2 sztuki
Wtorek 20.05	Buteczka żytnia, razowa /1/, masło /7/, dżem owocowy niskosłodzony, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/, rzodkiewka, ogórek zielony Kakao na mleku /7/	Jogurt naturalny /7/ Domowa granola /1/ ½ Gruszki	Bulion wegetariański z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Jajko sadzone /3/ gotowane ziemniaczki z masłem i koperkiem /7/ mizeria z ogórków i rzodkiewki /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Ciastko kukurydziane z suszoną żurawiną i słonecznikiem /3/ ½ Jabłka
Środa 21.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, ser żółty /7/ , pasta jajeczna /3/, sałata, pomidor Herbatka malina owoce leśne	Kaszka kukurydziana gotowana na mleku z syropem owocowym /7/	Delikatna fasolowa na wywarze warzywnym z majerankiem /9/	Pierogi z serkiem /1,7/ mus jogurtowy z bananem i owocami leśnymi /7/ Napój: Lemoniada rabarbarowa	Pizzerinka z serem i sosem pomidorowym /1,3,7/
Czwartek 22.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, dżem wieloowocowy niskosłodzony , pasta z zielonego groszku z koperkiem i serkiem homogenizowanym /7/, rzodkiewka, ogórek zielony Napar z rumianku i lipy	Płatki jęczmienne /1/ na mleku z suszoną żurawiną	Krupnik z jarzynami kaszą jęczmienną i natką pietruszki /1,9/	Makaron spaghetti z pszenicy durum /1/ z sosem bolońskim z soczewicą i tartym serem gouda /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Wafel przekładany domową czekoladą /1,7/ Mix warzyw i owoców
Piątek 23.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, ser mozzarella /7/, jajko gotowane /3/, papryka, ogórek zielony Napar ziołowo-owocowy	Płatki jaglane gotowane na mleku /7/	Krem kukurydziany z popcornem /9/	Kotlet z kalafiora /1,3,9/ puree ziemniaczane z masłem i koperkiem /7/ surówka z białej kapusty pora marchewki i jabłka Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt naturalny z prażonym jabłkiem i kruszonką ciasteczkową /1,7/ ½ Banana

**Mealway**

Poniedziałek 26.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta z soczewicy , twarożek z rzodkiewką, szczypiorkiem i śmietaną /7/, pomidor, sałata Herbata z dzikiej róży	Kisiel owocowy Chałka /1,3,7/ z masłem /7/	Ogórkowa na wywarze warzywnym z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Spring rollsy faszerowane warzywami fasolką i serem /7/ duszone w sosie śmietanowo-koperkowym /7/ ryż paraboliczny bukiet blanszowanych warzyw Napój: Lemoniada rabarbarowa	Arbuz/ Herbatniki maślane 2 sztuki /1,3,7/
Wtorek 27.05	Bułeczka grahamka, razowa /1/, masło /7/, ser żółty /7/, konfitura truskawkowa, rzodkiewka, ogórek zielony Kakao na mleku /7/	Budyń wiśniowy /7/ z musem owocowym	Krem z zielonych warzyw z grzankami razowymi /1,9/	Kotlet z ciecierzycy i marchewki /1,3/ gotowane młode ziemniaki z masłem i koperkiem /7/ młoda kapusta duszona z pomidorami marchewką koperkiem i śmietaną /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto Shreka ze szpinakiem agrestem i galaretką owocową na agarze /1,3/
Środa 28.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, ser żółty /7/, hummus z burakiem /11/, rzodkiewka, pomidor Napar z melisy i mięty z cytryną	Płatki kukurydziane z mlekiem /7/	Zacierkowa z ziemniaczkami na wywarze warzywnym /1,3,9/	Pieczeń z białej fasoli z majerankiem i oregano mini pyzy drożdżowe /1,3,7/ sałatka z ogórka zielonego i pomidora z koperkiem i oliwą z oliwek Napój: Lemoniada jabłkowa	Serek waniliowy homogenizowany z polewą z owoców leśnych /7/ Domowa chałka /1,3,7/
Czwartek 29.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta z ciecierzycy , serek śmietankowy do smarowania ze szczypiorkiem /7/, ogórek zielony, szczypiorek Herbatka owocowa	Płatki ryżowe gotowane na mleku /7/ z suszonymi morelami	Wiosenna zupa z zielonym groszkiem kalafiozem ziemniakami koperkiem na wywarze warzywnym /9/	Burger z czerwonej soczewicy /1,3/ pieczone ziemniaki dip jogurtowo-śmietanowy z kiszonym ogórkiem /7/ surówka koperkowa Napój: Kompot wieloowocowy	Ciastko francuskie z owocem /1,3,7/ Zielone warzywa do chrupania
Piątek 30.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta jajeczna /3/, ser żółty /7/, papryka, ogórek zielony Herbata rooibos	Kaszka manna /1/ gotowana na mleku /7/ z musem owocowym	Pomidorowa z ryżem jaśminowym śmietaną roślinną i natką pietruszki /9/	Makaron farfalle z masłem /1,7/ twarogiem półtłustym /7/ i truskawkami Napój: Lemoniada cytrynowa	Paluch drożdżowy z serem /1,3,7/ ½ Jabłka



ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, **2** – Skorupiaki i produkty pochodne
3 – Jaja i produkty pochodne, **4** – Ryby i produkty pochodne, **5** – Orzeszki ziemne (arachidowe)
6 – Soja i produkty pochodne, **7** – Mleko i produkty pochodne, **8** – Orzechy, **9** – Seler i produkty pochodne, **10** – Gorczyca i produkty pochodne, **11** – Nasiona sezamu i produkty pochodne, **12** – Dwutlenek siarki, **13** – Łubin, **14** – Mięczaki

