



Menu przedszkolne dieta bezglutenowa 01.09 – 30.09

Dzień	Śniadanie	Zupa	Drugie danie	Deser
Poniedziałek 01.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, wędlina drobiowa gotowana, ser mozzarella /7/, ogórek zielony, rzodkiewka Herbata rooibos	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki /9/	Kociotek wieprzowy z jesiennymi warzywami kasza gryczana sałata lodowa z zielonym ogórkiem pomidorem koperkiem i oliwą z oliwek Napój: Lemoniada	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i musem mango /7/ Śliwka
Wtorek 02.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, ser żółty /7/, dżem niskosłodzony brzoskwiniowy, pomidor, ogórek zielony Kakao na mleku /7/	Koperkowa z ryżem ziemniakami i śmietaną roślinną /9/	Makaron bezglutenowy z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym i tartym serem gouda /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto na maślanie ze śliwkami i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej /3,7/
Środa 03.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, polędwica drobiowa, papryka, sałata, ogórek zielony Płatki jaglane gotowane na mleku /7/ z żurawiną Herbatka owocowa	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem zabelona śmietana roślinną /9/	Poopsy z kurczaka a'la KFC z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,7/ sos jogurtowy z koperkiem /7/ gotowane ziemniaczki domowy colesław Napój: Lemoniada jabłkowa	Arbuz / Dwa wafelki z ciecierzycy
Czwartek 04.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, kiełbasa sucha krakowska, pasta z soczewicy z pomidorami, ogórek kiszony, papryka Herbata z dzikiej róży	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszką /9/	Pancakes na bazie mąki bezglutenowej /3,7/ z domowym serkiem waniliowo- truskawkowym /7/ sos z owoców leśnych i banana Napój: Woda niegazowana z cytryną	Domowy paluch drożdżowy z żółtym serem na bazie mąki bezglutenowej /3,7/

**Mealway**

Piątek 05.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, jajko gotowane na twardo /3/, ser żółty /7/, sałata, rzodkiewka Napar z melisy i mięty z cytryną	Krem marchewkowy z czerwoną soczewicą pieczoną papryką pomidorami /9/ i kleksem kwaśnej śmietany /7/	Panierowany kotlet z dorsza z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z kiszanej kapusty z jabłkiem i marchewką Napój: Napar ziołowo-owocowy	Buteczka cytrynowa na bazie mąki bezglutenowej /3,7/ Mix świeżych warzyw do chrupania
Poniedziałek 08.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, szynka z kurczaka, serek śmietankowy do smarowania /7/, ogórek zielony, szczypiorek Herbatka cytrynowa	Barszcz ukraiński na wywarze mięsny z białą fasolką i kapustą zabieleną śmietaną roślinną /9/	Gulasz drobiowy z dynią cukinią i kolorowymi warzywami jesiennymi kluski ziemniaczane ogórek kiszony w słupkach Napój: Lemoniada jabłkowa	Koktajl wiśniowy z bananem na maślanie i jogurcie naturalnym /7/ ½ Banana
Wtorek 09.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, pasta jajeczna z koperkiem /3/, miód, ogórek kiszony, papryka Kakao na mleku /7/	Dyniowa z ziemniakami i prażonymi pestkami słonecznika /9/	Kotlet a la schabowy w panierce kukurydzianej bezglutenowej /3/ gotowane ziemniaki z koperkiem mizeria z ogórków i rzodkiewki /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Drożdżówka z owocem i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej /3,7/
Środa 10.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, kiełbaska gotowana, sałata, ogórek zielony, pomidor Płatki kukurydziane z mlekiem /7/ Napar ziołowo-owocowy	Zupa wielowarzywna z kolorową fasolką szparagową i ziemniakami /9/	Makaron bezglutenowy z kurczakiem w sosie pomidorowym z warzywami posypany tartą mozzarellą /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Truskawkowa panna cotta /7/ Mix świeżych warzyw do chrupania
Czwartek 11.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, chuda szynka wieprzowa, pasta z ciecierzycy ze szczypiorkiem, rzodkiewka, papryka Herbatka malina-owoce leśne	Pomidorowa z makaronem bezglutenowym i świeżą natką pietruszki zabieleną śmietaną roślinną /9/	Kofty drobiowe z natką pietruszki z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ sos tatarski ryż paraboliczny surówka z białej kapusty jabłka i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Szarlotka z cytrynową kruszonką na bazie mąki bezglutenowej /3/
Piątek 12.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, pasta z makreli z pomidorami /4/, ser żółty /7/, pomidor, ogórek kiszony Herbata rooibos	Krem ziemniaczano-porowy z gałką muszkatołową i grzankami bezglutenowymi /9/	Naleśniki na bazie mąki bezglutenowej /3,7/ z serkiem stracciatella /7/ i musem brzoskwińowo-bananowym Napój: Kompot wieloowocowy	Galaretko agrestowa z owocami/ ½ Banana

**Mealway**

Poniedziałek 15.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, serek truskawkowy, polędwica drobiowa gotowana, ogórek kiszony, papryka Napar malina z rumiankiem	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową i kapustą na wywarze mięsnym /9/	Indyk w delikatnym curry z natką pietruszki /7/ ryż paraboliczny blanszowany mix warzyw /marchew, kukurydza, zielony groszek, papryka/ Napój: Lemoniada owocowa	Gruszka / Ciasteczka bezglutenowe 2 sztuki
Wtorek 16.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, szynka z indyka, ser żółty /7/, pomidor, ogórek zielony Kakao na mleku /7/	Krupnik z kaszą jaglaną i natką pietruszki na wywarze mięsnym /9/	Domowy kotlecik mielony drobiowo-wieprzowy z cukinią z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ i duszoną cebulką puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z buraczków natki pietruszki i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto dyniowe z kremem serowym na bazie mąki bezglutenowej /3,7/
Środa 17.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, pieczona pierś z kurczaka w plasterkach, sałata, rzodkiewka, ogórek kiszony Płatki ryżowe gotowane na mleku /7/ z rodzynkami Herbatka owocowa	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/	Płacki ziemniaczane z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ z jesiennym gulaszem warzywnym i kleksem kwaśnej śmietany /7/ Napój: Napar owocowy	Domowa pizzerinka z serem i sosem pomidorowym na bazie mąki bezglutenowej /3,7/
Czwartek 18.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, jajko gotowane /3/, pasta drobiowa z gotowanymi warzywami, ogórek zielony, pomidor Herbata rooibos	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem zabiłona śmietana roślinną /9/	Szarpana wieprzowina duszona z marchewką kluski ziemniaczane surówka z modrej kapusty Napój: Kompot wieloowocowy	Budyń czekoladowy z musem wiśniowym /7/ Śliwka
Piątek 19.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, dżem truskawkowy niskosłodzony, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/, sałata, rzodkiewka Napar ziołowo-owocowy	Krem z pomidora marchewki dyni i pieczonej papryki ze śmietanką i tartą mozzarellą /7,9/	Rybne nuggetsy z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ pieczone ziemniaczki sos tatarski z ogórkiem kiszonym surówka z białej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki Napój: Kompot wieloowocowy	Jesienne crumble owocowe pod cynamonową kruszonką bezglutenową Ogórek zielony w słupach
Poniedziałek 22.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, wędlina drobiowa gotowana, pasta z soczewicy z pomidorami, ogórek zielony, rzodkiewka Napar z melisy i mięty z cytryną	Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty na wywarze mięsnym z ziemniakami /9/	Makaron bezglutenowy z mięsem z okrasą z cebulki kleks kwaśnej śmietany /7/ surówka koperkowa Napój: Lemoniada owocowa	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi i musem owocowym /7/ ½ Gruszki

**Mealway**

Wtorek 23.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, chuda szynka wieprzowa, ser żółty /7/, ogórek kiszony, papryka Kakao na mleku /7/	Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem jaśminowym i śmietaną roślinną /9/	Sznicel drobiowy w delikatnej panierce serowej z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,7/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ kapusta modra z jabłkiem i natką pietruszki na ciepło Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasteczko bezglutenowe z żurawiną i słonecznikiem /3/ Jabłko
Środa 24.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, kiełbaska gotowana, papryka, ogórek zielony, rzodkiewka Jaglanka gotowana na mleku /7/ z suszonymi owocami Herbatka cytrynowa	Delikatna gulaszowa z kawałkami mięsa i majerankiem /9/	Kluski ziemniaczane z owocem w maślanocynamonowej okrasie /7/ mus śmietanowo-truskawkowy /7/ surówka z marchewki Napój: Napar owocowo-ziołowy	Domowa bułeczka bezglutenowa z nadzieniem szpinakowo-serowym i czarnuszką /3,7/
Czwartek 25.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, miód, twarożek ze szczypiorkiem i śmietaną /7/, pomidor, rzodkiewka Herbatka malina-owoce leśne	Koperkowa z makaronem bezglutenowym ziemniakami i śmietaną roślinną /9/	Domowe chilli corn carne /marchewka, dynia, czerwona fasolka, kukurydza/ z mięsem mielonym drobiowo-wieprzowym ryż jaśminowy dip jogurtowo-śmietanowy /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Babka marmurkowa bezglutenowa /3/
Piątek 26.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, jajecznica /3/, pasta z tuńczyka z kukurydzą /4/, ogórek kiszony, papryka Herbatka z dzikiej róży	Kalafiorowo-brokulowa z ziemniakami i koperkiem /9/	Makaron bezglutenowy sos napoli z natką pietruszki śmietaną i tartą mozzarellą /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Pudding chia na mleku roślinnym z musem mango-banan / Chrupki kukurydziane
Poniedziałek 29.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, polędwica sopocka, twarożek z olejem lnianym i pomidorem /7/, rzodkiewka, ogórek zielony Herbatka owocowa	Krem kukurydziany z popcornem /9/	Kociółek drobiowy z jesiennymi warzywami kasza gryczana niepalona sałatka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką Napój: Lemoniada	Jabłko/ Dwa wafelki z ciecierzycy
Wtorek 30.09	Pieczyno bezglutenowe, masło /7/, miód, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /3/, ogórek kiszony, pomidor Kakao na mleku /7/	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/	Domowa sharma drobiowa ryż paraboliczny z warzywami surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto czekoladowe z bananami na bazie mąki bezglutenowej /3,7/

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

