



# JADŁOSPIS

## BEZMLECZNO-BEZGLUTENOWY

Dietę ułożyła: Magdalena Dobaj – Zerek ST Catering

|                     | Poniedziałek   | Wtorek   | Środa  | Czwartek   | Piątek  |
|---------------------|--|--|--|--|---|
| <b>ŚNIADANIE</b>    | Płatki musli na mleku gryczanym z amarantusem<br>Kanapeczki z bezglut/bezmlecz polędwicą drobiową<br>Warzywa do pochrupania<br>Herbata z mięty | Kanapeczki z pieczywa bezglut/bezmlecz z pieczenią z siemę lnianym (własny wypiek)<br>Warzywa, sałata<br>Herbata owocowa | Mleko kukurydziane z dodatkiem laski wanilii<br>Kanapeczki z pieczywa bezglut/bezmlecz z szyneczką drobiową<br>Warzywa<br>Herbata z lipy | Kanapeczka z chlebka bezglut/bezmlecz z pieczenią z warzyw i sezamu (własny wypiek), szynką wędzoną<br>Warzywa do pochrupania<br>Herbata z cytryną | Płatki kukurydziane na mleku gryczanym<br>Kanapeczki z pieczywa bezglut/bezmlecz z indykiem<br>Warzywa<br>Herbata miętowa |
| <b>ZUPA</b>         | Zupa jarzynowa   | Zupa pomidorowa z ryżem  | Zupa rosół   | Zupa krupnik z kaszą jaglaną   | Zupa ogórkowa   |
| <b>II DANIE</b>     | Pieczeń ze schabu w sosie pieczeniowym<br>Kasza gryczana<br>Warzywa na parze<br>Kompot   | Kotlet z kalafiora z kiełkami i słończnikiem<br>Ziemniaki<br>Surówka z sosem vinaigrette i natką<br>Kompot               | Pieczony kurczak w sosie własnym<br>Ryż brązowy naturalny/paraboliczny<br>Surówka z buraczków<br>Kompot                                  | Naleśniki z dodatkiem mąki ryżowej i brzoskwini<br>Kompot  | Filet z soli w płatkach kukurydzianych<br>Ziemniaki<br>Surówka z kiszonej kapustki<br>Kompot                              |
| <b>PODWIECZOREK</b> | Banan,<br>Kanapeczki z szynką<br>Warzywa<br>Herbata owocowa  | Mus owocowy<br>Herbatniki bezglut<br>Herbata z cytryną   | Ciasto z otrębami, gorzką czekoladą bezmleczną i amarantusem (własny wypiek)<br>Herbata malinowa   | Kanapeczki z polędwicą<br>Sałata, warzywa<br>Jabłuszko<br>Herbata z cytryną  | Chrupki kukurydziane<br>Jogurt owocowy na bazie mleka ryżowego<br>Herbata owocowa   |