



MENU ŚNIADANIOWE

OD 12.04 DO 30.04 dieta bezbiałkowa BM, bezglutenowa BG

	Śniadanie
Poniedziałek 12.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , szynka drobiowa, ser biały ze śmietanką i rzodkiewką /1,7/ pasta z zielonego groszku BM , ogórek zielony, sałata, szczypiorek Napar z szalwii z syropem z czarnej porzeczki
Środa 14.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , pieczony filet z kurczaka, ser żółty/7/ konfitura wiśniowa BM , ogórek zielony, rzodkiewka Budyń śmietankowy /7/ pudding ryżowy BM z sosem wiśniowym Herbata owoce leśne
Czwartek 15.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , pasta hummus /11/, konfitura z czarnej porzeczki, ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek Kakao na mleku /7/ na napoju ryżowym BM
Piątek 16.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , jajko gotowane /3/, serek waniliowy /7/ miód BM , ogórek zielony, rzodkiewka, sałata Herbata roiboos z cytryną
Poniedziałek 19.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , kielbaska krakowska sucha, ser żółty /7/ powidła śliwkowe BM pomidor, ogórek kiszony, ogórek zielony Napar malina z mięta
Wtorek 20.04	Bułka grahamka, razowa /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM pasta jajeczna ze szczypiorkiem /3/, miód, ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek Herbata rooibos
Środa 21.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , pasta twarogowo warzywna z ogórkiem zielonym /7/ pasta warzywna , szynka drobiowa, pomidor, szczypiorek Płatki orkiszowe z siemieniem lnianym na mleku /1,7/ płatki ryżowe BG /7/ na napoju ryżowym BM z sosem wiśniowym Napar z mięty i melisy

Czwartek 22.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , paszтет drobiowo -warzywny /3/, twaróg półtłusty w plastrach /7/ pasta humus BM /11/ , sałata, ogórek zielony, szczypiorek Napar malina z rumiankiem
Piątek 23.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , jajecznica ze szczypiorkiem /3/, pasta z tuńczyka z ogórkiem kiszonym i natką pietruszki/4/, ogórek zielony, rzodkiewka Napar mięta z melisą
Poniedziałek 26.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , kielbaska drobiowa, ser żółty, /7/ konfitura wiśniowa BM sałata, rzodkiewka, szczypiorek Herbata rooibos cytrynowa
Wtorek 27.04	Bułka grahamka, razowa /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM pieczony filet z kurczaka, twarożek waniliowy /7/ dżem z czarnej porzeczki BM ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek Kakao na mleku /7/ na napoju ryżowym BM
Środa 28.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , szynka drobiowa, pasta hummus /11/, pomidor, ogórek zielony, szczypiorek Płatki kukurydziane na mleku /7/ na napoju ryżowym BM Napar lipa z maliną
Czwartek 29.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , ser biały z natką pietruszki rzodkiewką i olejem lnianym /7/ pasta marchewkowa z suszonymi pomidorami BM kielbasa krakowska sucha, sałata, ogórek zielony Herbatka owocowa
Piątek 30.04	Chleb żytni /1/ pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ bez masła BM , jajko gotowane /3/, pasta z wędzonej ryby z koperkiem i pomidorami /4/, ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek Herbatka roiboos

ŻYCZYMY SMACZNEGO
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