



Mealway



Mealway



**Mamy sposób
na posiłek!**

www.mealway.pl



Menu przedszkolne 01.07 – 31.07

PRZEDSZKOLE 197

diety: bezglutenowa BG, bez białek mleka krowiego BM

Dzień	I śniadanie	Zupa	Drugie danie	Deser
Wtorek 01.07	Bułeczka grahamka, razowa /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , chuda szynka wieprzowa, pasta hummus z cytryną /11/, ogórek zielony, rzodkiewka Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Chłodnik z buraków z jajkiem i koperkiem /3/ ze śmietanką roślinną BG	Nuggetsy z kurczaka w delikatnej panierce kukurydzianej /3/ BG gotowane ziemniaczki z koperkiem domowy colesław Napój: Lemoniada cytrynowa	Drożdżówka z rabarborem truskawkami i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM



Mealway

Środa 02.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, wędlina drobiowa gotowana, pomidor, ogórek zielony Płatki owsiane /1/ jaglone BG gotowane na mleku /7/ na napoju roślinnym BM Herbata rooibos	Krupnik tradycyjny z kaszą jaglaną na wywarze mięsnym z warzywami i natką pietruszki /9/ BG	Makaron bezglutenowy BG w kremowym sosie serowym z zielonym groszkiem pomidorkami koktajlowymi i świeżym szczypiorkiem na bazie śmietanki roślinnej BM blanszowana karotka Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt naturalny roślinny BM z prażonym jabłkiem i płatkami kukurydzianymi BG ½ Banana
Czwartek 03.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, pasta jajeczna /3/, ser mozzarella /7/ polędwica drobiowa BM, rzodkiewka, ogórek zielony Napar z melisy i mięty z cytryną	Krem z zielonego groszku ze śmietaną roślinną natką pietruszki i grzankami bezglutenowymi /9/ BG	Pulpety drobiowo-warzywne z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ BG w sosie pomidorowo-śmietanowym z koperkiem ze śmietaną roślinną BM kasza gryczana BG sałata z ogórkiem zielonym i dipem cytrynowym Napój: Kompot wieloowocowy	Bułeczka bezglutenowa z marmoladą /3/ BG BM z marmoladą / Melon
Piątek 04.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, pasta rybna z kukurydzą /4/, ser żółty /7/ ser wegański BM, ogórek kiszony, pomidor Musli owocowe /1/ Płatki kukurydziane BG z mlekiem /7/ z napojem roślinnym BM Herbatka owocowa	Pomidorowa z ryżem jaśminowym śmietaną roślinną i natką pietruszki /9/	Pancakes /1,3,7 ze świeżymi owocami jogurtem greckim /7/ Pancakes bezglutenowe /3,7/ BG/ ze świeżymi owocami jogurtem greckim /7/ Pancakes na napoju roślinnym /1,3/ BM ze świeżymi owocami śmietanką roślinną BM i sosem truskawkowym Napój: Lemoniada jabłkowa	Galaretka brzoskwińowa z owocami / Pałeczki kukurydziane



Mealway

Poniedziałek 07.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , twarożek ze śmietaną /7/ wędlina drobiowa gotowana BM , dżem niskosłodzony z owoców leśnych, ogórek zielony, rzodkiewka Płatki kukurydziane z mlekiem /7/ z napojem roślinnym BG Napar malina z rumiankiem	Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze drobiowym /9/	Pieczeń z łopatki w sosie własnym z rozmarynem kluski ziemniaczane /3/ BG BM surówka z buraczków Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt roślinny z owocami BG Nektarynka
Wtorek 08.07	Bułeczka z ziarnami, razowa /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , jajko gotowane /3/, ser żółty/7/ szynka z kurczaka BM , ogórek zielony, papryka Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Krem z ciecierzycy i marchewki /9/	Gołąbki bez zawijania z ryżem mięsem wieprzowo-drobiowym gotowane ziemniaczki z koperkiem sos pomidorowo-śmietanowy ze śmietaną roślinną BM Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto z brzoskwiniami kruszonką na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Środa 09.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , polędwica drobiowa gotowana, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek Płatki jaglane gotowane na mleku /7/ na napoju roślinnym BM Herbatka malina owoce leśne	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/ BG	Knedle ziemniaczane z owocem /3/ BG BM ze śmietanką roślinną BM i musem truskawkowo-porczejkowym i świeżymi owocami Napój: Lemoniada rabarbarowa	Pizzerinka z bezglutenowa /3/ BG z serem wegańskim BM i sosem pomidorowym
Czwartek 10.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , pasta drobiowa z warzywami /3/, ser żółty /7/ ser wegański BM , pomidor, biała rzodkiew Herbatka cytrynowa	Koperkowa na wywarze drobiowym z młodymi ziemniakami i kurkumą /9/	Kotlecik drobiowy w panierce kukurydzianej bezglutenowej /3/ BG BM ryż paraboliczny z kurkumą mizeria z ogórków i rzodkiewki ze śmietaną roślinną BM Napój: Woda niegazowana	Crumble owocowe pod cynamonową kruszonką na bazie mąki bezglutenowej BG Mix warzyw do chrupania



Piątek 11.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, jajecznicza /3/, pasta z soczewicy, rzodkiewka, ogórek zielony Kaszka manna /1/ ryżowa BG gotowana na mleku /7/ na napoju roślinnym BM z owocami Napar ziołowo-owocowy	Krem z pieczonej papryki pomidorów i dyni ze śmietaną roślinną /9/ BM	Koreczki rybne z dorsza z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM surówka z białej kapusty jabłka i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto czekoladowe z truskawkami i wiórkami kokosowymi na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG
Poniedziałek 28.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, wędlina drobiowa gotowana, pasta z zielonego groszku z prażonym słonecznikiem, pomidor, sałata Kisiel owocowy Wafelek z ciecierzycy Herbatka owocowa	Fasolowa z mięskiem i majerankiem /9/	Młode ziemniaczki z koperkiem i oliwą z oliwek BM jajko sadzone /3/ BM mizeria z ogórków ze śmietaną roślinną BM Napój: Lemoniada rabarbarowa	Jogurt roślinny BM z granolą bezglutenową BG i musem mango /7/ Nektarynka
Wtorek 29.07	Bułeczka z ziarnami, razowa /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, pasta jajeczna z koperkiem /3/, ser żółty /7/ połudwica drobiowa BM, pomidor, ogórek kiszony Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym BG i natką pietruszki /9/	Domowa shoarma drobiowa z udka kurczaka ryż biały sypki surówka z białej kapusty jabłka pora i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto Shreka na bazie mąki bezglutenowej ze szpinakiem agrestem i galaretką owocową /3/ BG

**Mealway**

Środa 30.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , pasta drobiowa z gotowanymi warzywami i kiszonym ogórkiem, ser mozzarella /7/ pasta z ciecierzycy BM , ogórek zielony, pomidor Jaglanka gotowana na mleku /7/ na napoju roślinnym BM z rodzynkami Herbata z dzikiej róży	Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Makaron bezglutenowy BG z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym bez sera BM Napój: Kompot wieloowocowy	Arbuz / Ciastko kukurydziane / 3/
Czwartek 31.07	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , dżem wieloowocowy niskosłodzony, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/ szynka z kurczaka BM , pomidor, rzodkiewka Napar ziołowo-owocowy	Barszcz czerwony z ziemniakami młodą kapustą i śmietaną roślinną /9/	Polędwiczki drobiowe w delikatnej panierce kukurydzianej /3/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM surówka z marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Bułeczka cynamonowa na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM

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