

**Mealway****Mealway****Mamy sposób
na posiłek!**www.mealway.pl**Menu przedszkolne 01.09 – 30.09****PRZEDSZKOLE 197*****bez białek mleka krowiego BM***

Dzień	I śniadanie	Zupa	Drugie danie	Deser
Poniedziałek 01.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, wędlina drobiowa gotowana, pasta warzywna, ogórek zielony, rzodkiewka Płatki jęczmienne /1/ gotowane na napoju roślinnym Herbata rooibos	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki /9/	Kociółek wieprzowy z jesiennymi warzywami kasza bulgur /1/ sałata lodowa z zielonym ogórkiem pomidorem koperkiem i oliwą z oliwek Napój: Lemoniada	Jogurt roślinny z granolą i musem mango /1/ Śliwka
Wtorek 02.09	Bułeczka grahamka, razowa /1/, masło roślinne, chuda szynka wieprzowa, dżem niskosłodzony brzoskwiniowy, pomidor, ogórek zielony Kakao na napoju roślinnym	Koperkowa z ryżem ziemniakami i śmietaną roślinną /9/	Makaron spaghetti z pszenicy durum /1/ z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym i tartym serem wegańskim Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto na napoju roślinnym ze śliwkami i kruszonką /1,3/

**Mealway**

Środa 03.09	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, polędwica drobiowa, papryka, sałata, ogórek zielony Płatki jaglane gotowane na napoju roślinnym z żurawiną Herbatka owocowa	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem zabiłona śmietana roślinną /9/	Popsy z kurczaka a'la KFC w panierce bez sera /1,3/ sos na bazie śmietany roślinnej z koperkiem gotowane ziemniaczki domowy colesław Napój: Lemoniada jabłkowa	Arbuz / Dwa wafelki z ciecierzycy
Czwartek 04.09	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, kiełbasa sucha krakowska, pasta z soczewicy z pomidorami, ogórek kiszony, papryka Herbata z dzikiej róży	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Pancakes na napoju roślinnym /1,3/ z prażonym jabłkiem sos z owoców leśnych i banana Napój: Woda niegazowana z cytryną	Domowy paluch drożdżowy na napoju roślinnym z czarnuszką /1,3/
Piątek 05.09	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, jajko gotowane na twardo /3/, pasta hummus /11/, sałata, rzodkiewka Jogurt roślinny Płatki kukurydziane Napar z melisy i mięty z cytryną	Krem marchewkowy z czerwoną soczewicą pieczoną papryką pomidorami /9/ i kleksem kwaśnej śmietany roślinnej	Panierowany kotlet z dorsza /1,3,4/ puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek surówka z kiszzonej kapusty z jabłkiem i marchewką Napój: Napar ziołowo-owocowy	Buteczka cynamonowa na napoju roślinnym /1,3/ Mix świeżych warzyw do chrupania
Poniedziałek 08.09	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, szynka z kurczaka, dżem wielooowocowy niskosłodzony, ogórek zielony, szczypiorek Kisiel owocowy Chrupki kukurydziane Herbatka cytrynowa	Barszcz ukraiński na wywarze mięsnym z białą fasolką i kapustą zabiłony śmietaną roślinną /9/	Gulasz drobiowy z dynią cukinią i kolorowymi warzywami jesiennymi kopytka /1/ ogórek kiszony w słupkach Napój: Lemoniada jabłkowa	Koktajl wiśniowy z bananem na napoju roślinnym / ½ Banana



Mealway

Wtorek 09.09	Bułeczka z ziarnami, razowa /1/, masło roślinne, pasta jajeczna z koperkiem /3/, miód, ogórek kiszony, papryka Kakao na napoju roślinnym	Dyniowa z ziemniakami i prażonymi pestkami słonecznika /9/	Kotlet a la schabowy w panierce kukurydzianej /1,3/ gotowane ziemniaki z koperkiem mizeria z ogórków i rzodkiewki z sosem na bazie śmietany roślinnej Napój: Kompot wieloowocowy	Drożdżówka na napoju roślinnym z owocem i kruszonką /1,3/
Środa 10.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, kiełbaska gotowana, sałata, ogórek zielony, pomidor Płatki kukurydziane z napojem roślinnym Napar ziołowo-owocowy	Zupa wielowarzywna z kolorową fasolką szparagową i ziemniakami /9/	Makaron świderki /1/ z kurczakiem w sosie pomidorowym z warzywami bez sera Napój: Kompot wieloowocowy	Truskawkowa panna cotta na napoju roślinnym / Mix świeżych warzyw do chrupania
Czwartek 11.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, chuda szynka wieprzowa, pasta z ciecierzycy ze szczypiorkiem, rzodkiewka, papryka Herbatka malina-owoce leśne	Pomidorowa z makaronem farfalle i świeżą natką pietruszki zabelona śmietaną roślinną /1,9/	Kofty drobiowe z natką pietruszki /1,3/ sos tatarski ryż paraboliczny surówka z białej kapusty jabłka i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Szarlotka z cynamonową kruszonką /1,3/
Piątek 12.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, pasta z makreli z pomidorami /4/, jajko gotowane /3/, pomidor, ogórek kiszony Pudding z ryżu jaśminowego na napoju roślinnym z musem owocowym Herbata rooibos	Krem ziemniaczano-porowy z gałką muszkatołową i grzankami razowymi /1,9/	Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ z serkiem wegańskim i musem brzoskwińowo-bananowym Napój: Kompot wieloowocowy	Galaretka agrestowa z owocami / ½ Banana



Mealway

Poniedziałek 15.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, powidła śliwkowe, polędwica drobiowa gotowana, ogórek kiszony, papryka Budyń śmietankowy na napoju roślinnym z sosem owocowym Napar malina z rumiankiem	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową i kapustą na wywarze mięsnym /9/	Indyk w delikatnym curry z natką pietruszki i oliwą z oliwek ryż paraboliczny blanszowany mix warzyw/marchew, kukurydza, zielony groszek ,papryka/ Napój: Lemoniada owocowa	Gruszka / Ciasteczka owsiane /1,3/ 2 sztuki
Wtorek 16.09	Bułeczka żytnia, razowa /1/, masło roślinne, szynka z indyka, pasta z soczewicy, pomidor, ogórek zielony Kakao na napoju roślinnym	Krupnik z kaszą jęczmienną i natką pietruszki na wywarze mięsnym /1,9/	Domowy kotlecik mielony drobiowo-wieprzowy z cukinią /1,3/ i duszoną cebulką puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek surówka z buraczków natki pietruszki i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto dyniowe na napoju roślinnym /1,3/
Środa 17.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, pieczona pierś z kurczaka w plasterkach, sałata, rzodkiewka, ogórek kiszony Płatki ryżowe gotowane na napoju roślinnym z rodzynkami Herbatka owocowa	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Placki ziemniaczane /1,3/ z jesiennym gulaszem warzywnym Napój: Napar owocowy	Domowa pizzerinka z serem wegańskim i sosem pomidorowym / 1,3/
Czwartek 18.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, jajko gotowane /3/, pasta drobiowa z gotowanymi warzywami, ogórek zielony, pomidor Herbata rooibos	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem zabieleną śmietaną roślinną /9/	Szarpana wieprzowina duszona z marchewką ryż paraboliczny surówka z modrej kapusty Napój: Kompot wieloowocowy	Budyń czekoladowy na napoju roślinnym z mussem wiśniowym / Śliwka



Mealway

Piątek 19.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, dżem truskawkowy niskosłodzony, pasta jajeczna /3/, sałata, rzodkiewka Jaglanka gotowana na napoju roślinnym z suszonymi owocami Napar ziołowo-owocowy	Krem z pomidora marchewki dyni i pieczonej papryki ze śmietanką roślinną /9/	Rybne nuggetsy /1,3,4/ 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 /1/ Ogórek zielony w słupach
Poniedziałek 22.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, wędlina drobiowa gotowana, pasta z soczewicy z pomidorami, ogórek zielony, rzodkiewka Kaszka manna /1/ gotowana na napoju roślinnym Napar z melisy i mięty z cytryną	Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty na wywarze mięsny z ziemniakami /9/	Pierogi z mięsem /1/ z okrasą z cebulki kleks kwaśnej śmietany roślinnej surówka koperkowa Napój: Lemoniada owocowa	Jogurt roślinny z granolą i musem owocowym /1/ ½ Gruszki
Wtorek 23.09	Bułeczka grahamka, razowa /1/, masło roślinne, chuda szynka wieprzowa, jajko gotowane /3/, ogórek kiszony, papryka Kakao na napoju roślinnym	Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem jaśminowym i śmietanką roślinną /9/	Sznyce drobiowe w delikatnej panierce /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek kapusta modra z jabłkiem i natką pietruszki na ciepło Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasteczko owsiane z bananem żurawiną i słonecznikiem /1,3/ Jabłko
Środa 24.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, kiełbaska gotowana, papryka, ogórek zielony, rzodkiewka Owsianka /1/ gotowana na napoju roślinnym z suszonymi owocami Herbatka cytrynowa	Delikatna gulaszowa z kawałkami mięsa i majerankiem /9/	Pierogi z owocem i cynamonem /1/ mus śmietanowo-truskawkowy na bazie śmietanki roślinnej surówka z marchewki Napój: Napar owocowo-ziołowy	Domowa bułeczka drożdżowa na napoju roślinnym z nadzieniem szpinakowym i czarnuszką /1,3/



Mealway

Czwartek 25.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, miód, pasta z ciecierzycy ze szczypiorkiem, pomidor, rzodkiewka Herbatka malina-owoce leśne	Koperkowa z makaronem ziemniakami i śmietaną roślinną /9/	Domowe chilli corn carne /marchewka, dynia, czerwona fasolka, kukurydza/ z mięsem mielonym drobiowo-wieprzowym ryż jaśminowy dip na bazie śmietany roślinnej Napój: Kompot wieloowocowy	Babka marmurkowa /1,3/
Piątek 26.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, jajecznica /3/, pasta z tuńczyka z kukurydzą /4/, ogórek kiszony, papryka Płatki kukurydziane z napojem roślinnym Herbata z dzikiej róży	Kalafiorowo-brokułowa z ziemniakami i koperkiem / 9/	Makaron razowy sprężynki /1/ sos napoli z natką pietruszki i śmietaną roślinną Napój: Kompot wieloowocowy	Pudding chia na mleku roślinnym z musem mango-banan / Chrupki kukurydziane
Poniedziałek 29.09	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, polędwica sopocka, pasta z zielonego groszku, rzodkiewka, ogórek zielony Kaszka manna /1/ gotowana na napoju roślinnym z bananem Herbatka owocowa	Krem kukurydziany z popcornem /9/	Kociółek drobiowy z jesiennymi warzywami kasza bulgur perłowa /1/ sałatka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką Napój: Lemoniada	Jabłko/ Dwa wafelki z ciecierzycy
Wtorek 30.09	Bułeczka z ziarnami, razowa /1/, masło roślinne, miód, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /3/, ogórek kiszony, pomidor Kakao na napoju roślinnym	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Domowa sharma drobiowa ryż para- boliczny z warzywami surówka z bia- łej kapusty z marchewką i kukurydzą Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto owocowe z bananami /1,3/



Mealway

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