

PRZEDSZKOLE 197

Smaczna Kraina menu bezglutenowe tydzień 29 od 13.07.2026 do 17.07.2026

Poniedziałek 13.07

Śniadanie: Herbata, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, plastry pieczonego kurczaka, ser grani /7/, papryka, owsianka z jabłkiem /7/

Zupa: Krem z białych warzyw /9/

Obiad: Filet z kurczaka gotowany, sos potrawkowy, ryż, surówka z marchewki

Deser: Smoothie brzoskwiniowo -bananowe z nasionami chia, gruszka

Podwieczorek: Kanapka bezglutenowa z serem, sałatą i papryką /7/

Wtorek 14.07

Śniadanie: Herbata z cytryną, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, ser twarogowy z ziołami /7/, szynka z indyka /6,9/, sałata, pomidor

Zupa: Pomidorowa z oliwą z oliwek /9/

Obiad: Kotlet mielony, ziemniaki, buraczki

Deser: Babka kakaowa z owocami, jabłko

Podwieczorek: Tost bezglutenowy z szynką i serem /6,7,9/

Środa 15.07

Śniadanie: Herbata owocowa, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, pasta jajeczna /3/, pieczone plastry schabu, ogórek, kaszka jaglana na mleku z wiśniami /7/

Zupa: Zupa ziemniaczana /9/

Obiad: Makaron bezglutenowy z sosem carbonara bezmleczna

Deser: Koktajl Mango lassi /7/, wafle ryżowe, banan

Podwieczorek: Ciastko bezglutenowe z owocem, jabłko

Czwartek 16.07

Śniadanie: Kakao /7/, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, szynka gotowana /6,9/, ser żółty /7/, kiełki słonecznika, ogórek

Zupa: Rosół z makaronem bezglutenowym /9/

Obiad: Knedle ziemniaczane z owocem, kwaśna śmietana, sałatka owocowa

Deser wytrawny: Bruschetta bezglutenowa z pesto ziołowym, gruszka

Podwieczorek: Kanapka bezglutenowa z pieczonym indykiem, sałatą i ogórkiem /6,9/

Piątek 17.07

Śniadanie: Herbata z cytryną, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, domowa pasta z fasoli, pomidor koktajlowy, płatki kukurydziane z mlekiem /7/

Zupa: Krem z zielonych warzyw z pestkami dyni /9/

Obiad: Filet z miruny pieczony /4/, kasza jaglana gotowana, surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy

Deser: Mini pączki jaglane z kokosem, arbuz

Podwieczorek: Koktajl bananowy /7/, pałeczki kukurydziane