

PRZEDSZKOLE 197

Smaczna Kraina menu bezglutenowe tydzień 38 od 14.09.2026 do 18.09.2026

Poniedziałek 14.09

Śniadanie: herbata ziołowa, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, polędwica sopocka /6,9/, papryka, paryżanka z mango /7/

Zupa: jarzynowa /9/

Obiad: filet z kurczaka w panierce kukurydzianej, ziemniaki opiekane, surówka z modrej kapusty

Deser: galaretka owocowa, jabłko

Podwieczorek: kanapka bezglutenowa z szynką drobiową, sałatą i ogórkiem /6,9/

Wtorek 15.09

Śniadanie: herbata, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, ser gouda /7/, sałatka ryżowa z kurczakiem i warzywami, kalarepa, pomidor

Zupa: krem marchwiowy z czerwoną soczewicą /9/

Obiad: gulasz drobiowy, ziemniaki gotowane, surówka colesław

Deser: koktajl bananowy z chia /7/, gruszka

Podwieczorek: bruschetta bezglutenowa z pesto ziołowym, śliwka

Środa 16.09

Śniadanie: herbata ziołowa, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, szynka wieprzowa /6,9/, pasta śródziemnomorska ze słonecznikiem /9/, ogórek, jaglanka z rodzynkami i morelami /7/

Zupa: rosolnik z warzywami /9/ i kaszką jaglaną

Obiad: chili sin carne z papryką i fasolą, gotowany ryż

Deser: ciastko marchewkowe, banan

Podwieczorek: kanapka bezglutenowa z serem gouda, sałatą i kiełkami /7/

Czwartek 17.09

Śniadanie: kawa zbożowa z mlekiem /7/, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, jajko gotowane /3/, kiełbaska krakowska /6,9/, szpinak, plastry gotowanego buraka

Zupa: jesienny kapuśniak /9/

Obiad: kluseczki ziemniaczane z jogurtem bezmlecznym, jabłka z cynamonem

Deser: jogurt owocowy /7/, płatki orkiszowe, jabłko

Podwieczorek: muffinka bezglutenowa z owocem, arbuz

Piątek 18.09

Śniadanie: herbata owocowa, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, serek grani /7/, pomidor, płatki kukurydziane z mlekiem /7/

Zupa: pomidorowa z ryżem /9/

Obiad: miruna pieczona /4/, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty i ogórka małosolnego

Deser: rogalik bezglutenowy /3/, gruszka

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