

PRZEDSZKOLE 197

Smaczna Kraina menu bezglutenowe tydzień 40 od 28.09.2026 do 02.10.2026

Poniedziałek 28.09

Śniadanie: herbata zielona, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, filet z kurczaka pieczony, papryka, jaglanka z wiśniami /7/

Zupa: paprykowa /9/

Obiad: polędwiczka z kurczaka w panierce kukurydzianej, gotowane ziemniaki, surówka z białej kapusty

Deser: galaretka owocowa, banan

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

Wtorek 29.09

Śniadanie: herbata, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, twarożek /7/, jajko gotowane /3/, ogórek, pomidor

Zupa: krem z białych warzyw z prażoną cebulką /9/

Obiad: kotlet mielony w ciemnym sosie, kasza gryczana biała, buraczki

Deser: jogurt owocowy /7/, płatki bezglutenowe

Podwieczorek: wafelek ryżowy z dżemem niskosłodzonym, śliwka

Środa 30.09

Śniadanie: herbata owocowa, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, szynka gotowana /6,9/, ogórek, owsianka z jabłkiem /7/

Zupa: ogórkowa /9/

Obiad: makaron bezglutenowy z sosem brokułowym

Deser: domowe ciastko z owocem, jabłko

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

Czwartek 01.10

Śniadanie: kawa zbożowa z mlekiem /7/, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, sałatka makaronowa bezglutenowa z kurczakiem i warzywami, ser żółty /7/, pomidor, słupki marchewki

Zupa: rosół /9/ z makaronem bezglutenowym

Obiad: racuchy z jabłkiem, jogurt bezmleczny, wiśnie w syropie

Deser: mus jogurtowy z ryżem /7/, sos brzoskwiniowy, melon

Podwieczorek: bruschetta bezglutenowa z pesto warzywnym /9/, słupki marchewki

Piątek 02.10

Śniadanie: herbata ziołowa, pieczywo bezglutenowe, masło /7/, masło roślinne, szynka z indyka /6,9/, papryka, płatki kukurydziane z mlekiem /7/

Zupa: krem marchwiowy z soczewicą /9/

Obiad: miruna pieczona /4/, purée ziemniaczane, surówka z ogórka małosolnego

Deser: croissant mleczny bezglutenowy /3/, banan

Podwieczorek: kanapka bezglutenowa z serem twarogowym i ogórkiem /7/