

JADŁOSPIS 22-26.01.2018

PRZEDSZKOLE „MAŁY INŻYNIER”

Dieta bez mleka, ryżu, ogórków, kiszzonej kapusty, ryb i jaj

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
PONIEDZIAŁEK	Pieczycie mieszane / <b>gluten – mąka pszenna żytnia i razowa</b> / (50g) MARGARYNA ROŚLINNA (5g) Wędlina drobiowa / <b>soja</b> / (40g) Papryka kolorowa (10g) HERBATA (200ml) Owoc (100g)	Rosół na wywarze mięsno – warzywnym z makaronem BEZJAJECZNYM /seler, <b>gluten – mąka pszenna</b> / (250ml)  Gulasz wieprzowy / <b>gluten – mąka pszenna</b> / (90g) Kasza gryczana (80g) SURÓWKA Z MARCHEWKI (80g) Kompot z owocami (200ml)	BEZMLECZNY KOKTAJL Z BANANEM, ANANASEM I KOKOSEM (150g) CHRUPKI KUKURYDZIANE (10g)
WTOREK	Pieczycie mieszane / <b>gluten – mąka pszenna żytnia i razowa</b> / (25g) MARGARYNA ROŚLINNA (5g) PASTA OWOCOWA – wyrób własny (20g) Płatki kukurydziane na mleku SOJOWYM / <b>soja</b> / (300ml) Owoc (100g)	Krem brokułowy na wywarze jarzynowym NIEZABIEILANY z grzankami / <b>seler, gluten – mąka pszenna, mąka razowa</b> / (250ml)  FILET Z KURCZAKA GRILLOWANY (90g) Ziemniaki (150g) Surówka z białej kapusty z marchewką (100g) Kompot z owocami (200ml)	Galaretka agrestowa (150g) Ciasteczka zbożowe / <b>sezam, gluten – pszenica, owies</b> / (10g) Herbata (200ml)
ŚRODA	Pieczycie mieszane / <b>gluten – mąka pszenna żytnia i razowa</b> / (50g) MARGARYNA ROŚLINNA (5g) Wędlina wieprzowa / <b>soja</b> / (40g) Sałata zielona (10g) HERBATA (200ml) Owoc (100g)	Zupa grysikowa na wywarze jarzynowym niezabielana z natką pietruszki i wkładką drobiową /seler, <b>gluten – kasza manna</b> / (250ml)  Makaron BEZJAJECZNY zapiekany z jabłkami i cynamonem / <b>gluten – mąka pszenna</b> / (150g) Kompot z owocami (200ml)	Pieczycie mieszane / <b>gluten – mąka pszenna żytnia i razowa</b> / (25g) MARGARYNA ROŚLINNA (5g) SHREKOWA PASTA Z ZIELONEGO GROSZKU (25g) Herbata (200ml)

<p><b>CZWARTEK</b></p>	<p>Pieczywo mieszane /<b>gluten – mąka pszenna żytnia i razowa</b>/ (50g)  MARGARYNA ROŚLINNA (5g)  HUMMUS Z CIEICERZYCY (50g)  Herbata (200ml)  Owoc (100g)</p>	<p>Zupa pieczarkowa na wywarze jarzynowym  <b>NIEZABIELANA z MAKARONEM BEZJAJECZNYM /seler, gluten – mąka pszenna/</b> (250ml)</p> <p>Pieczeń rzymska <b>BEZ JAJKA</b> w sosie koperkowym  <b>NIEZABIELANYM /gluten – mąka pszenna/</b> (90g)  Ziemniaki (150g)  Surówka z czerwonej kapusty (100g)  Kompot z owocami (200ml)</p>	<p>Ciasto marchewkowe <b>BEZ MLEKA I JAJKA</b> – wypiek własny /<b>gluten – mąka pszenna, kakao</b>/ (30g)  HERBATA (200ml)</p>
<p><b>PIĄTEK</b></p>	<p>Pieczywo mieszane /<b>gluten – mąka pszenna żytnia i razowa</b>/ (50g)  MARGARYNA ROŚLINNA (5g)  PASTA Z SUSZONYCH POMIDORÓW (40g)  Herbata (200ml)  Owoc (100g)</p>	<p>Zupa fasolowa na wywarze jarzynowym niezabielana z ziemniakami  <b>/seler, gluten – mąka pszenna/</b> (250ml)</p> <p>KLUSKI ŚLĄSKIE <b>BEZ JAJKA</b> z musem truskawkowym  <b>/gluten – mąka pszenna/</b> (150g)  Kompot z owocami (200ml)</p>	<p>Weka /<b>gluten – mąka pszenna</b>/ (20g)  MARGARYNA ROŚLINNA (5g)  FILET PIECZONY Z KURCZAKA (20g)  RZODKIEWKA (10g)  Herbata (200ml)</p>