

MENU BEZBIAŁKOWE

02-06.12.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Baton pszenny (40g) ¹ , masło roślinne (10g), kiełbasa szynkowa (30g), ogórek zielony (50g), herbata z cytryną (200ml) 243,21 kcal	Sok owocowy 100%(100ml) wafle kukurydziane (2 szt.) 69,87 kcal	Zupa szpinakowo - szczawiowa z ryżem (250ml) ⁹ , makaron spaghetti z sosem bolognese z warzywami (200g) ¹ , kompot owocowy (150ml). 410,53 kcal	Przecier owocowy (wyrób własny 100g) + woda mineralna (100ml) 61,52 kcal
WTOREK	Pieczywo pszenne i żytnie razowe (40g) ¹ , masło roślinne (10g), pasta z czerwonej fasoli ze szczypiorkiem (30g), biała rzepa (50g), herbata owocowa (200ml). 227,13 kcal	Banan (100g) + woda mineralna (100ml) 51,94 kcal	Zupa rosół z makaronem (250ml) ^{1,9} , palka z kurczaka pieczona (60g), ziemniaki puree (100g), marchewka z groszkiem (50g), kompot owocowy (150ml). 418,98 kcal	Mini Pizza Margherita (wypiek własny 40g) ¹ + woda mineralna (100ml) 103,25 kcal
ŚRODA	Pieczywo pszenne i kukurydziane (40g) ¹ , masło roślinne (10g), połówka drobiowa (30g), pomidor (50g), herbata owocowa (200ml). 211,69 kcal	Arbuz (100g) + woda mineralna (100ml) 60,9 kcal	Żurek z ziemniakami (250ml) ^{1,9} , pancake bezbiałkowe z musem owocowym (150g) ¹ , kompot owocowy (150ml). 419,78 kcal	½ bułki z pastą mięsną i ogórkiem kiszonym (60g) ¹ + woda mineralna (100ml) 106,97 kcal
CZWARTEK	Bułka pszenna i razowa (40g) ¹ , masło roślinne (10g), pasta kanapkowa z rzodkiewką i szczypiorkiem (40g), herbata z cytryną (200ml). 209,56 kcal	Nektarynka (100g) + woda mineralna (100ml) 45,90 kcal	Zupa kapuśniak z ziemniakami (250ml) ⁹ pulpety w sosie koperkowym (80g), kasza bulgur (100g) ¹ , surówka z czerwonego buraka i jabłkiem (50g), kompot owocowy (150ml). 462,16 kcal	Kaszka manna na mleku roślinnym z musem truskawkowym (100g) ¹ + woda mineralna (100ml) 88,06 kcal
PIĄTEK	Pieczywo pszenne i graham (40g) ¹ , masło roślinne (10g), roślinny ser żółty (30g), ogórek kiszony (50g), herbata z cytryną (200ml) 249,38 kcal	Jabłko (100g) + woda mineralna (100ml) 31,02 kcal	Zupa krem z marchewki i kalafiora z grzankami (250ml) ⁹ , kotlet rybny (60g) ^{1,4} , ziemniaki puree (100g), colesław (50g), kompot owocowy (150ml). 429,08 kcal	Bezbiałkowy pasztecik z mięsem (35g) ¹ + woda mineralna (100ml) 98,23 kcal

*Z przyczyn technicznych oraz logistycznych zastrzegamy sobie prawo dokonywania drobnych zmian w jadłospisie.

***PRZY ALERGIACH POKARMOWYCH NA DODATKOWE POJEDYŃCZE PRODUKTY (np. OWOCE LUB WARZYWA) BĘDĄ ONE ELIMINOWANE I ZASTĘPOWANE INNYMI NIEUCZUJĄCYMI PRODUKTAMI**



696-337-365

504-192-427

cateringdabrowa@gmail.com