



M E N U O B I A D O W E P R Z E D S Z K O L E

OD 01.09 DO 30.09

Diety: Bezglutenowa BG, Bezmleczna BG

WTOREK 01.09

Zupa: Ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze mięsnym /7,9/
Drugie danie: Pierogi z białym serem/1,3,7/ **kluski ziemniaczane BG z owocami BM /3/sosem śmietanowo-truskawkowym /7/ z sosem truskawkowym BM** surówka z marchewki i brzoskwini
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Budyń czekoladowy z musem wiśniowym /7/ 1/2 banana **budyń na napoju ryżowym BM**

ŚRODA 02.09

Zupa: Koperkowa z ryżem /9/
Drugie danie: Makaron spaghetti z pszenicy durum /1/ **makaron bezglutenowy BG** z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym
ogórek zielony marchew w słupkach do chrupania
Napój: Lemoniada
Deser: Jabłko/ dwa wafelki kukurydziane

CZWARTEK 03.09

Zupa: Barszcz ukraiński z białą fasolką i kapustą na wywarze mięsnym /zabielony /7,9/ **niezabielony BM**
Drugie danie: Filet drobiowy w delikatnej panierce /1,3/ **w panierce kukurydzianej /3/BG** gotowane ziemniaczki baby z koperkiem
mizeria z ogórków i rzodkiewki /7/ **sałatka z ogórków i rzodkiewki z oliwą z oliwek BM**
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Ciasto owocowe na maślanecze ze śliwkami i kruszonką /1,3,7/ **ciasto bezglutenowe ze śliwkami /3/ BG BM**

PIĄTEK 04.09

Zupa: Pomidorowa z makaronem farfalle i natką pietruszki /zabielona/1,7,9// z makaronem bezglutenowym /7,9/ BG , niezabielona /9/ BM

Drugie danie: Paluszki z dorsza /1,3,4/ w panierce kukurydzianej /3,4/ BG puree ziemniaczane z masłem i koperkiem /7/ puree z dodatkiem oliwy z oliwy BM

blanszowany brokuł kalafior mini marchewki

Napój: Napar rumianek koper dzika róża

Deser: Koktajl rafaello z bananem na jogurcie naturalnym /7/ na napoju migdałowym BM /arbuz

PONIEDZIAŁEK 07.09

Zupa: Rosół na mięsach mieszanych z jarzynami i makaronem jajecznym /1,3,9/ z makaronem bezglutenowym /9/ BG

Drugie danie: Gulasz wieprzowy po myśliwsku /bez grzybów/ kasza jęczmienna /1/ kasza gryczana BG z natką pietruszki surówka z buraczków

Napój: Lemoniada

Deser: Crumble owocowe pod cynamonową kruszonką /1/ owoce zapiekane z cynamonem BG marchew /słupki

WTOREK 08.09

Zupa: Krem z brokułów i ziemniaków ze śmietanką i razowymi grzankami /1,7,9/ bez śmietanki BM, bez grzanek BG

Drugie danie: Połędwiczki z kurczaka w panierce kukurydzianej /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ puree z dodatkiem oliwy z oliwek BM ogórek małosolny /słupki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Szarlotka z kruszonką na kukurydzianym spodzie /3,7/ szarlotka bez kruszonki BM

ŚRODA 09.09

Zupa: Zupa fasolowa z ziemniakami i kawałkami mięsa /9/

Drugie danie: Pierogi leniwe /1,3,7/ kluski ziemniaczane z serem BG z owocami BM sos śmietanowo malinowy /7/ sos malinowy BM

tarta marchew z jabłkiem

Napój: Napar z lipy i rumianku

Deser: Gruszka / 2 wafelki kukurydziane z czekoladą daktylową

CZWARTEK 10.09

Zupa: Kapuśniak z kiszanej i słodkiej kapusty z ziemniakami /9/

Drugie danie: Delikatny gyros drobiowy ryż paraboliczny

surówka koperkowa z kukurydzą lekki dip ogórkowy /7/

ogórek tarty z oliwa z oliwek BM

Napój: Lemoniada

Deser: Brownie jaglane z kokosem /3,7/ **Brownie jaglane na oleju roślinnym /3/ BM**

PIĄTEK 11.09

Zupa: Krupnik wegetariański z kaszą pęczak /1,9/ **z kaszą jaglaną BG** i natką pietruszki

Drugie danie: Naleśniki /1,3,7/ **naleśniki bezglutenowe /3/ BG, na napoju ryżowym /3/ BM**

twarożek bananowo-malinowy /7/ **mus jabłkowy BM** sos z mango

Napój: Herbata Rooibos owocowa

Deser: Bułeczka cynamonowa /1,3,7/ **Ciasto bezglutenowe z owocami i cynamonem /3/ BMBG**

PONIEDZIAŁEK 14.09

Zupa: Delikatna gulaszowa /9/

Drugie danie: Makaron penne /1/ **makaron bezglutenowy BG** z sosem pomidorowo-

marchewkowym ze świeżą bazylią i serem mozzarella /7/ **bez sera BM**

Napój: Lemoniada

Deser: Jogurtowo serowy z musem truskawkowym i kruszonym ciasteczkiem /1,7/ **pudding z kaszy jaglanej na napoju ryżowym z musem truskawkowym BG BM**
/chrupki kukurydziane

WTOREK 15.09

Zupa: Ogórkowa z mięsem i ziemniaczkami lekko zabelona /7,9/ **niezabelona BM**

Drugie danie: Kotlet schabowy w panierce kukurydzianej /3/ gotowane ziemniaczki baby z

koperkiem marchewka z groszkiem glazurowana masłem /7/ **bez masła BM**

Napój: Napar z lipy i malin

Deser: Drożdżówka z truskawką rabarbarem i kruszonką /1,3,7/ **ciastko bezglutenowe z owocami /3/BG BM**

ŚRODA 16.09

Zupa: Wielowarzywna z zielonym groszkiem i brukselką /9/

Drugie danie: Strogonow z indyka /bez pieczarek/ kasza bulgur **ryż BG** /1/ surówka z

buraczków z natką pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Budyń śmietankowy z wiśniami /7/ **budyń na napoju ryżowym BM** 1/2/ jabłka

CZWARTEK 17.09

Zupa: Pomidorowa z ryżem jaśminowym /zabielana//7,9/ niezabielana BM
Drugie danie: Kotlet de volaille z masłem i natką pietruszki/1,3,7/ kotlet w panierce kukurydzianej BG bez masła BM /3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ puree z dodatkiem oliwy z oliwek BM surówka z kiszonej kapusty marchewki i jabłka
Napój: Herbata Rooibos brzoskwiniowa
Deser: Bułeczka maślana z powidłami z wiśni /1,3,7/ Ciasto bezglutenowe z wiśniami /3/BM BG

PIĄTEK 18.09

Zupa: Szczawiowa z ziemniakami i jajkiem /zabielana /3,7,9/ niezabielana BM
Drugie danie: Jesienne leczko /papryka, dynia, cukinia, bakłażan, ziemniaki/ pyzy drożdżowe /1,3,7/ kasza jaglana BG BM ogórek kiszony
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Ciasto marchewkowe z ananasem /1,3/ ciasto marchewkowe bezglutenowe /3/ BG

PONIEDZIAŁEK 21.09

Zupa: Krem z dyni papryki i ziemniaków z prażonymi pestkami dyni /zabielony /7,9/ niezabielony BM
Drugie danie: Kurczak w potrawce z marchewką /7,9/ kurczak w sosie pomidorowym z marchewką BM ryż biały
surówka z białej kapusty ogórka kiszzonego i czerwonej papryki
Napój: Lemoniada owocowa
Deser: Jabłko/ ciasteczko kukurydziane ze słonecznikiem /3/

WTOREK 22.09

Zupa: Krupnik z kaszą jęczmienną /1,9/ z kaszą jaglaną BG i natką pietruszki na wywarze mięsny
Drugie danie: Domowy kotlet mielony/1,3/ z dodatkiem kaszki kukurydzianej /3/ BG pieczone ziemniaczki baby
surówka z marchewki i selera /9/
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Babka cytrynowa /1,3/ babka bezglutenowa /3/ BG

ŚRODA 23.09

Zupa: Barszcz ukraiński z białą fasolką i kapustą na wywarze mięsny /zabielony /7,9/ niezabielony BM
Drugie danie: Spaghetti carbonara ze śmietaną szynką natką pietruszki i suszonymi pomidorami /1,3,7/ makaron bezglutenowy BG z sosem pomidorowym z szynką i suszonymi pomidorami BM blanszowany brokuł mini marchewki cukinia
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Gruszka/ 3 biszkopty /1,3,7/ wafelki ryżowe BG BM

CZWARTEK 24.09

Zupa: Jarzynowa z fasolką szparagową ziemniakami i natką pietruszki /9/
Drugie danie: Pieczona pałka kurczaka puree ziemniaczane z koperkiem /7/ **puree z dodatkiem oliwy z oliwek BM** górek kiszony w słupkach
Napój: Napar z malin lipy i kopru
Deser: Ciasto drożdżowe ze śliwkami i kruszonką /1,3,7/ **ciasto bezglutenowe na napoju ryżowym ze śliwkami /3/ BM BG**

PIĄTEK 25.09

Zupa: Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem /zabielona//7,9/ **niezabielona BM**
Drugie danie: Naleśniki **naleśniki bezglutenowe BG na napoju ryżowym BM** /1,3,7/z musem z pieczonych jabłek serek waniliowy /7/ **bez serka BM**
sos z owoców leśnych
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Koktajl wiśniowo malinowy na jogurcie naturalnym /7/ **na napoju ryżowym BM** / dwa wafelki kukurydziane

PONIEDZIAŁEK 28.09

Zupa: Barszcz czerwony z ziemniakami lekko zabielony /7,9/ **niezabielony BM**
Drugie danie: Pieczony filet z kurczaka soute lekki sos pomidorowo śmietanowy /7/
sos pomidorowy BM ryż paraboliczny
surówka z białej kapusty jabłka i marchewki
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Banan /2 wafelki ryżowe

WTOREK 29.09

Zupa: Rosół na mięsach mieszanych z jarzynami i makaronem jajecznym /1,3,9/ **z makaronem bezglutenowym BG**
Drugie danie: Pierogi z mięsem /1,3/ **kluski ziemniaczane z mięsem BG** okraszone cebulką
kapusta kiszona na ciepło
Napój: Napar rumianek lipa
Deser: Domowa jagodzianka /1,3,7/ **ciasto bezglutenowe na napoju ryżowym z jagodami /3/ BG BM**

ŚRODA 30.09

Zupa: Koperkowa z ryżem /9/
Drugie danie: Sznyceł drobiowy /1,3/ (**panierka kukurydziana BG**) gotowane ziemniaczki baby z koperkiem surówka z buraczków z natką pietruszki
Napój: Lemoniada owocowa
Deser: Jabłko/ ciasteczko maślane z marmoladą /1,3,7/**ciastko bezglutenowe /3/ BG BM**

ŻYCZYMY SMACZNEGO

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, **2** – Skorupiaki i produkty pochodne
3 – Jaja i produkty pochodne, **4** – Ryby i produkty pochodne, **5** – Orzeszki ziemne (arachidowe)
6 – Soja i produkty pochodne, **7** – Mleko i produkty pochodne, **8** – Orzechy, **9** – Seler i produkty pochodne, **10** –
Gorczyca i produkty pochodne, **11** – Nasiona sezamu i produkty pochodne
12 – Dwutlenek siarki, **13** – Łubin, **14** – Mięczaki

