



menu bezglutenowe

9.09 - 13.09

PONIEDZIAŁEK

- rosół z makaronem b/g 250g**
mięso kury, marchew, pietruszka, **seler**, natka pietruszki, makaron b/g
- pieczone udko z kurczaka 100g**
udko z kurczaka, cebula, olej
- ziemniaki koperkiem 100g**
- duszona marchewka z zielonym groszkiem 50g**
marchewka, groszek zielony, śmietana 30% **/laktoza/**

WTOREK

- zupa fasolowa 250g**
fasolka, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, śmietana **/laktoza/**, natka pietruszki
- spagetti b/g z sosem bolognese 180g**
makaron spaghetti b/g, mięso drobiowe, koncentrat pomidorowy, cebula, olej,
- surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i czarnej soczewicy z sosem jogurtowym/ **laktoza/** 50g**

ŚRODA

- kapuśniak z ziemniakami i boczkiem 250g**
kapusta kiszona, ziemniaki, boczek, olej
- ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 200g**
ryż biały, jabłko, cynamon, **masło**

CZWARTEK

- krem z brokułów z grzankami b/g 250**
brokuł mrożony, ziemniaki, marchew, pietruszka, śmietana 18% **/laktoza/**, grzanki b/g
- gulasz z indyka 80g**
filet z indyka, cebula, olej,
- kasza gryczana 100g**
- sałatka z czerwonej kapusty z jabłkiem 50g**

PIĄTEK

- zupa pomidorowa z ryżem 250g**
wywar z warzyw **seler**, przecier pomidorowy, śmietana 18% **/laktoza/**, natka pietruszki
- filet z miruny saute/ w jajku/ 100g**
filet z miruny, jajko, olej
- ziemniaki z koperkiem 100g**
- surówka z kiszonej kapusty z marchewką 50g**

alergeny zaznaczono kolorową czcionką

