



Pychotka
Catering

JADŁOSPIS BEZ ZBÓŻ GLUTENOWYCH*

DLA DZIECI 1- 6 LAT O ZAPOTRZEBOWANIU ENERGETYCZNYM 1000-1400 KCAL/DOBA
(gramatura posiłków dostosowana do zapotrzebowania energetycznego)



pon. .24.06	ŚNIADANIE:	jogurt naturalny ⁽⁷⁾ z bezglutenowymi płatkami kukurydzianymi, chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , twarożek ⁽⁷⁾ , pomidor, naturalne kakao na mleku ⁽⁷⁾	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa pomidorowa z makaronem ⁽⁹⁾		9. seler
	DRUGIE DANIE:	filet z indyka saute , ziemniaczane puree ⁽⁷⁾ , surówka z buraczków, kompot owocowy z rabarbarem		7.mleko
	PODWIECZOREK:	smoothie bananowe z truskawkami i mleczkiem kokosowym		brak
wt. .25.06	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , jajko od wybieganej kurki ⁽³⁾ , miks warzyw, mleko ⁽⁷⁾	ALERGENY:	3.jajko 7.mleko
	ZUPA:	barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny ^(7,9)		7.mleko 9.seler
	DRUGIE DANIE:	potrawka z kurczaka z marchewką i zielonym groszkiem, ryż parboiled, surówka z kapusty pekińskiej z natką pietruszki, kompot wieloowocowy ze śliwkami		brak
	PODWIECZOREK:	pudding chia na mleku ⁽⁷⁾ z owocami tropikalnymi (ananas, kiwi, melon)		7.mleko
śr. .26.06	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , wędlina drobiowa, papryka, sałata lodowa, naturalne kakao na mleku ⁽⁷⁾	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	zupa krem z białych warzyw (kalafior, por, seler) ⁽⁹⁾ , z grzankami bezglutenowymi		9.seler
	DRUGIE DANIE:	mintaj w paprykowej marynacie ⁽⁴⁾ , ziemniaki, dip jogurtowo-koperkowy, surówka z marchewki i jabłka, kompot z jabłek i gruszek		4.ryba
	PODWIECZOREK:	twarożkowa panna cotta ⁽⁷⁾ , mus mango		7.mleko
czw. .27.06	ŚNIADANIE:	jogurt naturalny ⁽⁷⁾ z mussem z truskawek, chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , serek wiejski ⁽⁷⁾ , rzodkiewka, szczypiorek, herbata owocowa	ALERGENY:	7.mleko
	ZUPA:	kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami ⁽⁹⁾		9.seler
	DRUGIE DANIE:	makaron spaghetti bezglutenowy z sosem ala carbonara ze smietanką, szynką i parmezanem ⁽⁷⁾ , brokuły na ciepło, kompot owocowy z agrestem		7.mleko
	PODWIECZOREK:	arbuz, wafel ryżowy		brak
pt. .28.06	ŚNIADANIE:	chleb bezglutenowy z masłem ⁽⁷⁾ , pieczony paszтет z kurczaka ⁽³⁾ , ogórek kiszony, szczypiorek, mleko ⁽⁷⁾	ALERGENY:	3.jajko 7.mleko
	ZUPA:	zupa fasolowa z ziemniakami ⁽⁹⁾		9. seler
	DRUGIE DANIE:	bezglutenowe kluseczki leniwe z twarogiem ^(3,7) , polewa jogurtowo-truskawkowa ⁽⁷⁾ , cząstki banana, kompot z jabłek		3.jajko 7.mleko
	PODWIECZOREK:	wafle ryżowe , pasta z zielonego groszku z miętą		brak

*Nie jest przeznaczony dla osób chorych na celiakię. W pomieszczeniach produkcyjnych używane są produkty zawierające gluten

Zatwierdzone przez: **dietetyk mgr inż. Anna Motak**



Pogrubieniem zaznaczono różnice w stosunku do jadłospisu podstawowego

Anna Motak