JADŁOSPIS BEZ ZBÓŻ GLUTENOWYCH*

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

pon. .15.07	**ŚNIADANIE:**	**chleb bezglutenowy** z masłem (7), ser żółty (7), pomidor, kakao na mleku (7)	*7.mleko*
	ZUPA:	zupa jarzynowa z fasolką szparagową, ziemniakami i koperkiem (9)	*9. seler*
	DRUGIE DANIE:	wieprzownia w pięciu smakach z warzywami i sezamem (6,11), **makaron ryżowy**, parowane brokuły, kompot owocowy z truskawkami	*6.soja 11.sezam*
	PODWIECZOREK:	jabłko, chrupki kukurydziane	*brak*
wt. .16.07	**ŚNIADANIE:**	**makaron ryżowy na mleku** (7), **chleb bezglutenowy** z masłem (7), hummus z pieczoną marchewką i pastą tahini (11), ogórek, herbata owocowa	*7.mleko 11.sezam*
	ZUPA:	zupa ogórkowa z ryżem zabielana (7,9)	*7.mleko 9. seler*
	DRUGIE DANIE:	eskalopki z indyka, ziemniaki, brokuły na ciepło, kompot wieloowocowy z porzeczką	*brak*
	PODWIECZOREK:	pudding z tapioki na mleku z kokosową nutą (7) i musem mango	*7.mleko*
śr. .17.07	**ŚNIADANIE:**	kakaowa bezglutenowa owsianka na wodzie z daktylami, **chleb bezglutenowy** z masłem (7), szynka z Bobrownik, ogórek kiszony, herbata owocowa	*7.mleko*
	ZUPA:	chiński bulion z makaronem ryżowym i kawałkami kurczaka (6)	*6.soja*
	DRUGIE DANIE:	tofu w sosie słodko kwaśnym z ananasem, papryką i marchewką (6), **kasza jaglana**, kalarepa do chrupania, kompot wieloowocowy ze śliwkami	*6.soja*
	PODWIECZOREK:	koktajl bananowo-malinowy na jogurcie naturalnym (7)	*7.mleko*
czw. .18.07	**ŚNIADANIE:**	**chleb bezglutenowy** z masłem (7), pasta jajeczna (3), papryka, szczypiorek, **mleko** (7)	*3.jajko 7.mleko*
	ZUPA:	zupa kalafiorowa z ziemniakami zabielana (7,9)	*7.mleko 9.seler*
	DRUGIE DANIE:	pieczony łagodny kurczak generała Tso (3,6), ryż długoziarnisty, surówka z białej kapusty z marchewką, kompot owocowy z truskawkami	*3.jajko 6.soja*
	PODWIECZOREK:	jogurt grecki (7), **mus jabłkowy**	*7.mleko*
pt. .19.07	**ŚNIADANIE:**	**chleb bezglutenowy** z masłem (7) z pastą z czerwonej fasoli (6), szarpanym pieczonym łososiem (4) i warzywami (szatkowana czerwona kapusta, tarta marchewka, ogórek, kiełki fasoli mung), mleko (7)	*4.ryba 6.soja 7.mleko*
	ZUPA:	lekka zupa grochowa z ziemniakami (9)	*9. seler*
	DRUGIE DANIE:	**makaronowe bezglutenowy** z kremową polewą twarogowo-jogurtową (7) i duszonymi brzoskwiniami, kompot wieloowocowy z porzeczkami	*7.mleko 8.orzechy*
	PODWIECZOREK:	**bezglutenowe placuszki marchewkowe** (3)	*3.jajko*

ALERGENY:

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

Pogrubieniem zaznaczono różnice w stosunku do jadłospisu podstawowego

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

Niniejsze menu stanowi własność firmy Pychotka Catering Sp. z o.o., jego kopiowanie i rozpowszechnianie w części lub w całości wymaga pisemnej zgody.