

Dieta bezglutenowa	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek Energia 1185kcal , Białko: 40g , Tłuszcze:44g Węglowodany: 166g	Herbata malinowa , pieczywo bezglutenowe z masłem ekstra, szynka drobiowa, twarożek z rzodkiewką Alergeny: 7,9	Zupa: Pomidorowa z kaszą jaglaną, makaron bezglutenowy z wiejską kielbasą i kapusta kiszona gotowaną, woda min. Alergeny: 9,	Kiwi, jabłko Alergeny:
Wtorek, Energia 1271 kcal, Białko 44g Tłuszcze: 46g Węglowodany: 184g	Herbata truskawkowa, pieczywo bezglutenowe z masłem extra , parówka bezglutenowa , ketchup, ser żółty salami, ogórek zielony Alergeny: 7,9	Zupa: Krem z groszku i cukinii, pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym, ziemniaki puree, marchewka z groszkiem, kompot owocowy Alergeny: 3,7,9	Budyń waniliowy, banan Alergeny: 7
Środa, Energia 1189kcal , Białko: 40g , Tłuszcze:44g Węglowodany: 167g	Kakao, pieczywo bezglutenowe z masłem extra, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, domowy dżem morelowy Alergeny: 3,7	Zupa: Barszcz z makaronem bezglutenowym, bitki w sosie własnym , kasza gryczana, buraczki gotowane, woda min Alergeny: 7,9,	Pomarańcz , jabłko Alergeny:
Czwartek, Energia 1189kcal , Białko: 40g , Tłuszcze:44g Węglowodany: 167g	Herbata żurawinowa, pieczywo bezglutenowe z masłem extra, szynka domowa, smalec z fasoli, ogórek kiszony Alergeny: 7,9	Zupa: Jarzynowa z fasolką zieloną, kurczak w sosie curry z warzywami i pietruszką, ryż paraboliczny, kompot owocowy Alergeny: 9,	Jogurt owocowy, wafle ryżowe Alergeny: 7
Piątek, Energia 1194kcal , Białko: 40g , Tłuszcze:45g Węglowodany: 166g	Herbata malinowa, pieczywo bezglutenowe z masłem extra, płatki kukurydziane na mleku, pasta rybno- serowa, papryka kolorowa Alergeny: 4,7	Zupa: Krem z brokuł, kotleciki warzywne, ziemniaki puree, mizeria z sałaty, woda min. Alergeny: 7,9,	Ciasto bezglutenowe , jabłko Alergeny: 3

06.02-10.02.2023

*Potrawy mogą zawierać produkty alergizujące: 1-gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies), 3-jajka, 4-ryby, 5-orzeszki arachidowe, 6-soja, 7-mleko i produkty mleczne, 8-orzechy, 9- seler, 10-gorczyca, 11-sezam

