**ZESTAW I DIETA BEZMLECZNA**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ TYGODNIA** | **I ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** |
| **PONIEDZIAŁEK** | pieczywo mieszane z ziarnem, masło roślinne, szynka z indyka, pomidor, roszponka  herbata malinowa  Alergeny: gluten, 325kcal | jogurt roślinny, płatki owsiane, gruszka, woda  Alergeny: gluten, 200kcal | **I danie:** kremik jarzynowy,140kcal  **II danie:** kluseczki półfrancuskie, sos pieczarkowy, buraczki  387 kcal  Alergeny: seler, |
| **WTOREK** | bułka kajzerka, masło roślinne, pasztet drobiowy, ogórek kiszony  herbata z czarnej porzeczki  Alergeny: gluten, 350 kcal | pieczywo waza 7 ziaren,  sałata, papryka, ogórek zielony,  kawa z mlekiem roślinnym  Alergeny: gluten, 200 kcal | **I danie:** rosolniczek z kaszą jaglaną, 180kcal  **II danie:** zakręcone bolognese z groszkiem, 387kcal  Alergeny: seler, |
| **ŚRODA** | pieczywo mieszane z ziarnem, masło roślinne, parówka z szynki, ketchup, ogórek zielony, mięta  Alergeny: gluten, 370 kcal | kakao decomorreno na mleku roślinnym, banan, mini sucharki  Alergeny: gluten,sezam, 250 kcal | **I danie:** kapuśniaczek, 160kcal  **II danie:** gulasz z indyka z warzywami, puree ziemniaczane,  387 kcal  Alergeny: seler |
| **CZWARTEK** | pieczywo mieszane – razowe, masło roślinne, kiełbasa krakowska, szynka drobiowa, papryka,  herbata z cytryną  Alergeny: gluten, 370 kcal | Koktajl roślinny bananowo - borówkowy,  pałeczki kukurydziane, woda  Alergeny: orzechy, soja, 200kcal | **I danie:** barszczyk czysty,  190 kcal  **II danie:** kotlecik mielony, ziemniaki, mizeria, 379,3 kcal  Alergeny: seler, jaja |
| **PIĄTEK** | pieczywo mieszane z ziarnem, masło roślinne, twarożek wegański ze szczypiorkiem i rzodkiewką  pasta rybna, rumianek  Alergeny: gluten,ryba 360 kcal | ciastka owsiane, jabłko, woda  Alergeny: gluten, 200 kcal | **I danie:** pomidorowa z ryżem,  193 kcal  **II danie:** pierogi z truskawkami, sos waniliowy  311 kcal  Alergeny: seler, gluten |

* WODA PRZEZ CAŁY DZIEŃ BEZ LIMITU
* DOKŁADNE SKŁADY PRODUKTÓW DOSTĘPNE U DYREKTORA PLACÓWKI