

Jadłospis – II śniadanie

e-mail kontakt@naturacatering.pl tel 537 178 595

<u>Poniedziałek</u>	<u>Wtorek</u>	<u>Środa</u>	<u>Czwartek</u>	<u>Piątek</u>
<p>Szynka z indyka Ser Pieczywo mieszane z masłem Talerz warzyw (ogórek, papryka) Herbata owocowa <i>Alergeny: mleko, gluten</i></p>	<p>Zupa mleczne abecadło (mleko, makaron literki z pszenicy durum) Dżem Chleb pszenno-żytni z masłem Talerz warzyw (marchewka, kalarepka) Herbata owocowa <i>Alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p>Pasta z pieczonym burakiem, serkiem naturalnym, pestkami dyni i czarnuszką Ser gouda Pieczywo pszenno-żytnie z masłem Talerz warzyw (ogórek, rzodkiewka, papryka) Napar z melisy <i>Alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Tosty zapiekane z mozzarellą Ketchup Talerz warzyw (ogórek, kielki, pomidor) Herbata z cytryną <i>Alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p>Pasta z tuńczyka (tuńczyk, jajko, szczypiorek, odrobina majonezu, przyprawy) Serek śmietankowy Chleb graham i pszenno-żytni z masłem Talerz warzyw (ogórek, sałata, ogórek kiszony) Herbata owocowa <i>Alergeny: gluten, mleko, ryba, jajko</i></p>
Owoc	Owoc	Owoc	Owoc	Owoc
<p>Krupnik „5 zbóż” z soczewicą (woda, marchew, ziemniaki, ryż, kasza jaglana, wiejska, pęczak, mazurska, soczewica, cebula, por, seler, pietruszka korzeń, koper, sól, pieprz, oliwa z oliwek) <i>Alergeny: seler, gluten</i></p>	<p>Zupa krem z białych warzyw (woda, ziemniaki, pasternak, cebula, por, seler, pietruszka korzeń, marchew, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, oliwa z oliwek) <i>Alergeny: seler</i></p>	<p>Zupa wiosenna z koperkiem (woda, mięso z kurczaka, kalafior, kapusta, koperek, ziemniaki, marchew, cebula, por, seler, pietruszka korzeń, sol, pieprz, listek laurowy, ziele angielskie) <i>Alergeny: seler</i></p>	<p>Brokułowa (woda, brokuły, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, oliwa z oliwek, ziele angielskie, liść laurowy) <i>Alergeny: seler</i></p>	<p>Pomidorowa z ryżem (woda, pomidory, marchew, ryż pełnoziarnisty, cebula, por, seler, pietruszka korzeń, ziola, przyprawy, oliwa z oliwek) <i>Alergeny: seler</i></p>
<p>Makaron kokardki z twarożkiem posypany rodzynkami (makaron kokardki z pszenicy durum, twaróg, jogurt naturalny, rodzynki, cukier wanilinowy) <i>Alergeny: mleko, gluten</i></p>	<p>Gołąbki „inne” (z kapustą w środku) z sosem pomidorowym (mięso szynka/łopatka, kapusta, ryż pełnoziarnisty, pomidory, marchew, pietruszka, cebula, por, jajko, przyprawy i ziola) Kasza pęczak jęczmienny Ogórek kiszony <i>Alergeny: gluten, jajko</i></p>	<p>Filet z kurczaka w delikatnym cytrynowym sosie (filet z kurczaka, pietruszka korzeń, cebula por, przyprawy, cytryna) Ziemniaki Surówka z marchewki <i>Alergeny: brak</i></p>	<p>Leczo z warzywami i kielbasą (pomidory, kielbasa, papryka, cebula, marchew, cukinia) Ryż paraboliczny <i>Alergeny: gorczyca</i></p>	<p>Pierogi z truskawkami Jogurt do polania <i>Alergeny: gluten, mleko</i></p>
<p>Pasta z ciecierzycy z pestkami dyni (ciecierzyca, suszone pomidory, marchewka, pestki dyni, cebula, olej, sól, pieprz) Pieczywo chrupkie <i>Alergeny: brak</i></p>	<p>Koktajl owocowy (jogurt naturalny, brzoskwinie, mus jabłkowy, mleko) <i>Alergeny: mleko</i></p>	<p>Ciasto domowe brownie buraczano-kakaowe (buraki, mus jabłkowy, mąka, kakao, jaja, olej, cukier, proszek do pieczenia) <i>Alergeny: gluten, jajko</i></p>	<p>Jogurt straciatella (jogurt naturalny, czekolada gorzka) <i>Alergeny: mleko</i></p>	<p>Ciastka owsiane (płatki owsiane, mąka pszenna, masło, jaja, cukier, proszek do pieczenia) <i>Alergeny: gluten, mleko, jajko</i></p>

Opiekę nad menu prowadzi Dietetyczka Aleksandra Spychalska z Poradni Dietetycznej JIL www.jedzeniejakleczenie.pl