

**Mealway****Mealway****Mamy sposób
na posiłek!**www.mealway.pl**Menu przedszkolne 02.05 – 30.05****diety: bezglutenowa BG, bez białek mleka krowiego BM**

Dzień	I śniadanie	Zupa	Drugie danie	Deser
Piątek 02.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, ser żółty /7/ jajko gotowane na twardo BM, pasta hummus /11/, rzodkiewka, ogórek kiszony Herbatka owocowa	Krem z brokuła cukinii i zielonego groszku z grzankami bezglutenowymi /9/ BG	Knedle ziemniaczane z owocem BG BM sos na bazie śmietanki roślinnej BM Napój: Kompot wieloowocowy	Mix warzyw do chrupania / Chrupki kukurydziane
Poniedziałek 05.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, wędlina drobiowa gotowana, serek śmietankowy do smarowania /7/ dżem wieloowocowy niskosłodzony BM, sałata, ogórek zielony Herbata z dzikiej róży	Wiosenna zupa z kalarepą zielonym groszkiem ziemniakami i koperkiem / 9/	Gulasz wieprzowy z warzywami kasza gryczana BG z natką pietruszki surówka z buraczków z cebulką Napój: Kompot wieloowocowy	Mango lassi z bananem na napoju roślinnym BM Wafelki z ciecierzycy 2 sztuki



Mealway

Wtorek 06.05	Bułeczka grahamka, razowa /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , polędwica sopocka, pasta z soczewicy z pomidorami, ogórek zielony, papryka Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Pyzy ziemniaczane BG z mięsem z okrasą z cebulki kleks kwaśnej śmietany roślinnej BM surówka koperkowa Napój: Kompot wieloowocowy	Drożdżówka z owocami i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Środa 07.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , miód, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/ wędlina drobiowa gotowana BM , rzodkiewka, ogórek zielony Owsianka /1/ Płatki ryżowe BG gotowana na mleku /7/ na napoju roślinnym BM z suszoną żurawiną Napar z melisy i mięty z cytryną	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/ BG	Domowy kotlet mielony z mięsa drobiowego z cukinią i natką pietruszki z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM mizeria z ogórków i rzodkiewki ze śmietanką roślinną BM Napój: Kompot wieloowocowy	Smothie owocowe Ciasteczko kukurydziane /3/
Czwartek 08.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , domowy pasztet drobiowy z warzywami /3/, ser żółty /7/ pasta z pieczonych warzyw BM , pomidor, ogórek kiszony Herbatka malina owoce leśne	Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze drobiowym /9/	Makaron bezglutenowy BG w sosie neapolitańskim z marchewką bazylią i serem wegańskim BM Napój: Kompot wieloowocowy	Kruchy placek z truskawkami rabarbarem i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG
Piątek 09.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , pasta jajeczna /3/, dżem wiśniowy niskosłodzony, szczypiorek, ogórek zielony Herbata rooibos	Pomidorowa z makaronem bezglutenowym śmietaną roślinną i natką pietruszki /9/ BG	Koreczki rybne z dorsza z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ BG gotowane ziemniaki z koperkiem surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem Napój: Kompot wieloowocowy	Pudding jaglano-bananowy z musem z mango na napoju roślinnym BM Melon



Mealway

Poniedziałek 12.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, piezyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , serek truskawkowy /7/ dżem owocowy BM , polędwica drobiowa, rzodkiewka, sałata Napar z rumianku i lipy	Krem z białych warzyw ze szparagami /9/	Kurczak teriyaki /6/ z warzywami /marchewka kolorowa papryka brokuł/ i świeżym szczypiorkiem ryż paraboliczny gotowany na parze Napój: Kompot wieloowocowy	Jabłko / Wafelki z ciecierzycy 2 sztuki BG BM
Wtorek 13.05	Bułeczka z ziarnami, razowa /1/, piezyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , miód, ser mozzarella /7/ wędlina drobiowa gotowana BM , ogórek zielony, pomidor Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Kapuśniak z młodej kapusty na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem /9/	Filet drobiowe w delikatnej panierce z płatków kukurydzianych z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM surówka z białej kapusty z jabłkiem i porem Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt roślinny BM z domową granolą bezglutenową BG i truskawkami Arbuz
Środa 14.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, piezyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , kielbaska gotowana, ser żółty /7/ ser wegański BM , ogórek kiszony, pomidor Kaszka manna /1/ Kaszka kukurydziana BG gotowana na mleku /7/ na napoju roślinnym BM z musem owocowym Herbatka owocowa	Meksykańska z klopsikami mięsnymi fasolą i kukurydzą /9/	Naleśniki bezglutenowe /3,7/ BG z serkiem stracciatella /7/ Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ BM z dżemem owocowym niskostodzonym BM i musem brzoskwiniowo-bananowym Napój: Kompot wieloowocowy	Pasztecik bezglutenowy z farszem pieczarkowym /3/ BG BM

**Mealway**

Czwartek 15.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , wędlna drobiowa gotowana, twarożek z olejem lnianym i ogórkiem zielonym /7/ pasta jajeczna /3/ BM , pomidor, ogórek zielony Napar ziołowo-owocowy	Barszcz z botwinki z ziemniakami i śmietaną roślinną /9/	Zrazy wieprzowe z ogórkiem kiszonym w sosie własnym ryż paraboliczny BG surówka z buraczków z cebulą Napój: Lemoniada cytrynowa	Galaretka brzoskwiniowa z owocami / Chrupkie pieczyno razowe
Piątek 16.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , pasta rybna ze szczypiorkiem /4/, jajko gotowane na twardo /3/, rzodkiewka, szczypiorek Herbatka cytrynowa	Krem z pieczonej papryki pomidorów i dyni ze śmietaną roślinną /9/ BM	Makaron bezglutenowy BG z pesto bazyliowo - pietruszkowym i warzywami posypyany serem wegańskim BM blanszowana mini marchewka Napój: Kompot wieloowocowy	Szarlotka na kruchym spodzie z bezą i kakaową kruszonką na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG
Poniedziałek 19.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , szynka z kurczaka, ser żółty /7/ pasta hummus /11/ BM , ogórek kiszony, rzodkiewka Napar malina z rumiankiem i lipą	Koperkowa na wywarze drobiowym z młodymi ziemniakami i kurkumą /9/	Gulasz węgierski z mięsem wieprzowym i warzywami kluski ziemniaczane BG surówka z młodej kapusty marchewki i jabłka Napój: Napój jabłkowy	Gruszka / Wafelki z ciecierzycy 2 sztuki
Wtorek 20.05	Buteczka żytnia, razowa /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , dżem owocowy niskosłodzony, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/ wędlna drobiowa gotowana BM , rzodkiewka, ogórek zielony Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/ BG	Domowa shoarma drobiowa z udka kurczaka ryż biały sypki mizeria z ogórków i rzodkiewki ze śmietanką roślinną BM Napój: Kompot wieloowocowy	Ciastko kukurydziane z suszoną żurawiną i słonecznikiem /3/ ½ Jabłka



Mealway

Środa 21.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, domowy pasztet drobiowy z warzywami /3/, pasta jajeczna /3/, sałata, pomidor Kaszka kukurydziana gotowana na mleku /7/ na napoju roślinnym BMz syropem owocowym Herbatka malina owoce leśne	Delikatna fasolowa z kawałkami mięsa i majerankiem /9/	Knedle ziemniaczane z owocem BG BM mus jogurtowy z bananem i owocami leśnymi na bazie jogurtu roślinnego BM Napój: Lemoniada rabarbarowa	Pizzerinka bezglutenowa /3/ BG z serem wegańskim BM i sosem pomidorowym
Czwartek 22.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, szynka z indyka, pasta z zielonego groszku z koperkiem i serkiem homogenizowanym /7/ pasta z zielonego groszku z koperkiem i ciecierzycą BM, rzodkiewka, ogórek zielony Napar z rumianku i lipy	Krupnik z jarzynami kaszą jaglana i natką pietruszki /9/ BG	Makaron bezglutenowy BG z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym i tartym serem wegańskim BM Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasteczko bezglutenowe kakaowe /3/BG BM Mix warzyw i owoców
Piątek 23.05	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, ser mozzarella /7/ ser wegański BM, jajko gotowane /3/, papryka, ogórek zielony Napar ziołowo-owocowy	Krem kukurydziany z popcornem /9/	Paluszki rybne z dorsza w panierce kukurydzianej /3,4/ BG puree ziemniaczane z dodatkiem oliwy z oliwek i koperkiem BM surówka z białej kapusty pora marchewki i jabłka Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt roślinny BM z prażonym jabłkiem i płatkami kukurydzianymi BG ½ Banana



Mealway

Poniedziałek 26.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, piezyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , szynka sopocka, twaróg z rzodkiewką, szczypiorkiem i śmietaną /7/ pasta z soczewicy BM , pomidor, sałata Herbata z dzikiej róży	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Roladki drobiowe faszerowane warzywami BM duszone w sosie śmietanowo-koperkowym na bazie śmietany roślinnej BM ryż paraboliczny bukiet blanszowanych warzyw Napój: Lemoniada rabarbarowa	Arbuz / Wafelki z ciecierzycy 2 sztuki BG BM
Wtorek 27.05	Bułeczka grahamka, razowa /1/, piezyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , ser żółty /7/ wędlna drobiowa BM , konfitura truskawkowa, ogórek zielony Kakao na mleku roślinnym BM	Krem z zielonych warzyw z grzankami bezglutenowymi /9/ BG	Pałki z kurczaka w chrupkiej miodowej glazurze gotowane młode ziemniaki i koperkiem BM młoda kapusta duszona z pomidorami marchewką koperkiem i śmietaną roślinną BM Napój: Kompot wieloowocowy	Bezglutenowe ciasto Shreka ze szpinakiem agrestem i galaretką owocową /3/ BG
Środa 28.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, piezyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , szynka z indyka, hummus z burakiem /11/, rzodkiewka, pomidor Płatki kukurydziane z mlekiem /7/ z napojem roślinnym BM Napar z melisy i mięty z cytryną	Jarzynowa z ziemniaczkami na wywarze mięsnym /9/ BG	Szynka pieczona w sosie własnym z majerankiem i oregano kluski ziemniaczane BG BM sałatka z ogórka zielonego i pomidora z koperkiem i oliwą z oliwek Napój: Lemoniada jabłkowa	Galaretka truskawkowa z owocami leśnymi BM Wafelki z ciecierzycy BG BM

**Mealway**

Czwartek 29.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, piezyno bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, kiełbasa sucha krakowska, serek śmietankowy do smarowania ze szczypiorkiem /7/ pasta z ciecierzycy ze szczypiorkiem BM, ogórek zielony, szczypiorek Herbatka owocowa	Wiosenna zupa z zielonym grozkiem kalafiem ziemniakami koperkiem i filetem z kurczaka /9/	Kotlet cukinii i warzyw z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ BG pieczone ziemniaki dip z kiszonym ogórkiem na bazie śmietany roślinnej BM surówka koperkowa Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto bezglutenowe z owocami i kruszonką/3/ BG BM Zielone warzywa do chrupania
Piątek 30.05	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, piezyno bezglutenowe BG, masło /7/ masło roślinne BM, pasta jajeczna /3/, ser żółty /7/ wędlina drobiowa gotowana BM, papryka, ogórek zielony Herbata rooibos	Pomidorowa na z ryżem jaśminowym śmietaną roślinną i natką pietruszki / 9/	Makaron bezglutenowy BG BM twarogiem półtłustym /7/ z prażonym jabłkiem jogurtem roślinnym BM i truskawkami Napój: Lemoniada cytrynowa	Paluch drożdżowy na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym i czarnuszką /3/ BG BM ½ Jabłka

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, **2** – Skorupiaki i produkty pochodne
3 – Jaja i produkty pochodne, **4** – Ryby i produkty pochodne, **5** – Orzeszki ziemne (arachidowe)
6 – Soja i produkty pochodne, **7** – Mleko i produkty pochodne, **8** – Orzechy, **9** – Seler i produkty pochodne, **10** – Gorczyca i produkty pochodne,
11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne
12 – Dwutlenek siarki, **13** – Łubin, **14** – Mięczaki