



Mamy sposób
na posiłek!

www.mealway.pl



Mealway

Menu przedszkolne 01.04 – 30.04

dieta bezglutenowa BG, dieta bez białek mleka krowiego BM

Dzień	Śniadanie	Zupa	Drugie danie	Deser
Wtorek 01.04	Bufeczka grahamka, razowa /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , twarożek z olejem lnianym /7/ dżem owocowy niskosłodzony BM , szynka z indyka, rzodkiewka, papryka Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Wiosenna zupa zagrodowa na wywarze drobiowym z dymką /9/	Medalion drobiowy z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM mizeria z ogórków z sosem na bazie śmietany roślinnej BM Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto drożdżowe z owocami i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Środa 02.04	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , jajko gotowane na twardo /3/, kiełbasa sucha krakowska, pomidor, ogórek kiszony Płatki jaglane gotowane na mleku /7/ na napoju roślinnym BM z morelami Napój miętowy z cytryną	Delikatna zupa fasolowa z białej fasolki z ziemniakami papryką i kawałkami mięsa /9/	Makaron bezglutenowy BG w kremowym sosie ze śmietanką roślinną z zielonym groszkiem i dymką BM blanszowana karotka Napój: Kompot wieloowocowy	Galaretka wiśniowa z jabłkiem / Wafelek kukurydziany - 2 sztuki
Czwartek 03.04	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , miód, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/ wędlina drobiowa gotowana BM , pomidor, ogórek zielony Herbatka owocowa	Jarzynowa z kalafiejem ziemniakami i młodą kapustą /9/	Kofta wieprzowo-drobiowa z natką pietruszki /3/ sos tzatziki na bazie jogurtu roślinnego BM kasza jaglana z kurkumą BG domowy colesław Napój: Kompot wieloowocowy	Ciastko kruche ze słonecznikiem i żurawiną na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG Mix warzyw do chrupania

Piątek 04.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , ser żółty /7/ ser wegański BM , pasta z tuńczyka z ogórkiem kiszonym /4/, rzodkiewka, ogórek zielony Herbata rooibos	Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem parabolicznym śmietaną roślinną i natką pietruszki /9/ BM	Pancakes bezglutenowe /3,7/ BG z domowym serkiem czekoladowym /7/ Pancakes na napoju roślinnym /1,3/ BM z dżemem brzoskwiniowym niskosłodzonym BM i musiem z czerwonych owoców Napój: Kompot wieloowocowy	Koktajl mango-banan na napoju roślinnym BM/ Jabłko
Poniedziałek 07.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , szynka drobiowa, serek śmietankowy do smarowania ze szczypiorkiem /7/ pasta hummus /11/ BM , ogórek kiszony, pomidor Napar malinowy z cytryną	Krem z białych warzyw i gruszek /9/ z prażoną cebulką	Pieczeń z łopatki w sosie własnym z rozmarynem kasza gryczana z natką pietruszki BG surówka z buraczków Napój: Kompot wieloowocowy	Kokosanka na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM Mix warzyw do chrupania
Wtorek 08.04	Bułeczka z ziarnami, razowa /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , chuda szynka wieprzowa, wiosenna pasta z zielonego groszku i twarogu /7/ pasta z zielonego groszku i ciecierzycy BM , ogórek zielony, szczypiorek Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/ BG	Pyzy ziemniaczane /3/ BG z gulaszem warzywnym i kleksem kwaśnej śmietany roślinnej BM Napój: Kompot wieloowocowy	Bułeczka drożdżowa z nadzieniem pieczarkowym na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Środa 09.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , domowy pasztet drobiowy /3/, ser żółty /7/ pasta z pieczonych warzyw BM , pomidor, sałata, Kaszka manna /1/ Kaszka kukurydziana BG gotowana na mleku /7/ na napoju roślinnym BM z musiem owocowym Herbata z dzikiej róży	Brokułowa z ziemniaczkami i koperkiem /9/	Pałka z kurczaka pieczona z warzywami puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM ogórek kiszony Napój: Kompot wieloowocowy	Szarlotka z cynamonową kruszonką na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Czwartek 10.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , kielbaska gotowana, pasta jajeczna /3/, papryka, ogórek kiszony Napar owocowy	Krupnik jaglany na wywarze mięsny z warzywami i natką pietruszki /9/	Pancakes bezglutenowe /3,7/ BG BG BM ze słodką śmietanką roślinną BM i musiem truskawkowo-porczkowym surówka z marchewki i ananasa Napój: Kompot wieloowocowy	Domowy paluch drożdżowy na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym bez sera /3/ BG BM
Piątek 11.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , miód, twarożek waniliowy /7/ smalczyk z białej fasoli BM , ogórek zielony, rzodkiewka Herbatka lipowa z miętą	Krem z pieczonej papryki dyni i pomidora ze śmietanką roślinną i prażonymi pestkami słonecznika /9/ BM	Kotlet z łososia z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ BG gotowane ziemniaki z koperkiem surówka z kapusty kiszzonej marchewki i pora Napój: Kompot wieloowocowy	Placek wiosenny z rabarborem truskawkami i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG

Poniedziałek 14.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , wędlna drobiowa gotowana, pasta hummus /11/, ogórek kiszony, papryka Napar ziołowo-owocowy	Wiosenna zupa z botwinką młodą kapustą i drobnym makaronem bezglutenowym /9/ BG	Delikatna wieprzowina duszona w sosie cytrynowym z zielonym groszkiem ryż paraboliczny z natką pietruszki Napój: Kompot wieloowocowy	Deser na bazie jogurtu roślinnego BM z mussem owocowym i płatkami kukurydzianymi BG ½ Banana
Wtorek 15.04	Bułeczka żytnia, razowa /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , ser mozzarella /7/ ser wegański BM , polędwica drobiowa gotowana, rzodkiewka, ogórek zielony Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze mięsny z ziemniakami i koperkiem /9/	Racuchy na jogurcie roślinnym BM z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ BG jabłko prażone z cynamonem sos ze śmietanki roślinnej BM Napój: Kompot wieloowocowy	Galaretka cytrynowa z owocami / Domowa chałka na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Środa 16.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , szynka drobiowa, sałatka jarzynowa /3/, ogórek zielony, sałata, rzodkiewka, Owsianka /1/ Jaglanka BG gotowana na mleku /7/ na napoju roślinnym BM z posypką kakaową Herbatka owocowa	Żurek wielkanocny na zakwasie bezglutenowym z jajkiem /3,9/ BG	Kotlet schabowy w panierce kukurydzianej z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM młoda kapusta duszona z pomidorami marchewką śmietaną roślinną BM i koperkiem Napój: Kompot wieloowocowy	Mazurek wielkanocny na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Czwartek 17.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , jajko gotowane na twardo ze szczypiorkiem /3/, kiełbaska biała gotowana, pomidor, rzodkiewka Herbata rooibos	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/ BG	Polędwiczki drobiowe w panierce z dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ BG gotowane ziemniaki z koperkiem mizeria z ogórków i rzodkiewki ze śmietaną roślinną BM Napój: Kompot wieloowocowy	Babka wielkanocna cytrynowa na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG
Piątek 18.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , ser żółty /7/ pasta jajeczna BM , pasta rybna z pomidorami /4/, rzodkiewka, ogórek zielony Napar malinowy z cytryną	Krem z brokuła cukinii i zielonego groszku z grzankami bezglutenowymi /9/ BG	Ryż jaśminowy zapiekany z jabłkiem cynamonem i śmietaną roślinną BM Napój: Kompot wieloowocowy	Kisiel wiśniowy/ Warzywa do chrupania
Wtorek 22.04	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczyno bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , serek truskawkowy /7/ miód BM , chuda szynka wieprzowa, sałata, biała rzodkiew Herbatka owocowa	Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Zapiekanka makaronowa z makaronem bezglutenowym BG z warzywami i sosem pomidorowym BM Napój: Kompot wieloowocowy	Jabłko / Wafelki z ciecierzycy - 2 sztuki BG

Środa 23.04	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , ser żółty /7/ wędlina drobiowa gotowana BM , pasta jajeczna z szynką /3/, ogórek zielony, pomidor, Płatki ryżowe gotowane na mleku /7/ na napoju roślinnym BM z musem jabłkowym Napój miętowy z cytryną	Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem parabolicznym śmietaną roślinną i natką pietruszki /9/	Szarpana wieprzowina duszona z marchewką kluski ziemniaczane /3/ BG BM surówka z modrej kapusty Napój: Kompot wieloowocowy	Babeczki na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM Melon
Czwartek 24.04	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , polędwica drobiowa, smalczyk z białej fasoli z cebulką, ogórek kiszony, papryka Napar z melisy i mięty z cytryną	Barszcz z botwinki na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem /9/	Naleśniki bezglutenowe /3,7/ BG z serkiem mango /7/ Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ BM z dżemem owocowym niskosłodzonym BM i musem truskawkowo-bananowym Napój: Kompot wieloowocowy	Pizzerinka bezglutenowa /3/ BG z serem wegańskim BM i sosem pomidorowym
Piątek 25.04	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , dżem truskawkowy niskosłodzony, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/ jajko gotowane /3/ BM , ogórek zielony, pomidor Herbata rooibos	Krem z ciecierzycy ze śmietaną roślinną i prażonym słonecznikiem /9/ BG	Paluszki z dorsza z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ BG pieczone ziemniaczki marchewka z groszkiem Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt roślinny BM z płatkami kukurydzianymi BG i musem owocowym
Poniedziałek 28.04	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , kielbasa sucha krakowska, serek wiejski /7/ pasta z czerwonej fasoli BM , rzodkiewka, szczypiorek Napar z rumianku i lipy	Kalafiorowa z ziemniakami zielonym groszkiem i koperkiem /9/	Kurczak po azjatycku w panierce kukurydzianej /3/ BG BM ryż paraboliczny sos słodko-kwaśny surówka z białej kapusty marchewki papryki i natki pietruszki Napój: Kompot wieloowocowy	Banan / Wafelki z ciecierzycy – 2 sztuki
Wtorek 29.04	Buteczka grahamka, razowa /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , ser żółty /7/ wędlina drobiowa gotowana BM , pasta z ciecierzycy pieczonym burakiem, pomidor, ogórek zielony Kakao na mleku /7/ Kakao na mleku roślinnym BM	Szczawiowa z jajkiem i śmietaną roślinną /3,9/	Poopsy z kurczaka a'la KFC w panierce kukurydzianej /3/ BG BM sos jogurtowy z koperkiem na bazie jogurtu roślinnego BM gotowane ziemniaczki domowy coleslaw Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto z brzoskwiniami i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Środa 30.04	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, pieczywo bezglutenowe BG , masło /7/ masło roślinne BM , chuda szynka wieprzowa, jajko gotowane /3/, ogórek kiszony, rzodkiewka Płatki owsiane /1/ Płatki jaglane BG gotowane na mleku /7/ na napoju roślinnym BM Napar owocowy	Krupnik z kaszą jaglaną na wywarze mięsnym z warzywami i natką pietruszki /9/ BG	Makaron bezglutenowy BG w sosie śmietanowo-brokułowym na bazie śmietany roślinnej BM z indykiem blanszowany mix warzyw Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt roślinny BM z fruzeliną wiśniową i płatkami kukurydzianymi BG /Gruszka

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

