



**Mamy sposób
na posiłek!**

www.mealway.pl



Menu przedszkolne dieta bez białek mleka krowiego 01.08 – 29.08

Dzień	Śniadanie	Zupa	Drugie danie	Deser
Piątek 01.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, miód, jajko gotowane /3/, rzodkiewka, papryka Herbatka cytrynowa	Krupnik tradycyjny z kaszą jęcz- mienną na wywarze mięsny z warzywami i natką pietruszki /1,9/	Kotlecik z mintaja i warzyw /1,3,4/ puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek surówka z kiszzonej kapusty jabłka marchewki i natki pietruszki Napój: Lemoniada cytrynowa	Kisiel ze świeżymi owocami / Banan
Poniedziałek 04.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, wędlina drobiowa gotowana, pasta puttanesca z oliwek i pomidorów, sałata, pomidor Herbata rooibos	Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze drobiowym /9/	Bogracz z mięsem wieprzowym i warzywami kasza kukurydziana surówka z duszonych buraczków Napój: Kompot wieloowocowy	Melon / Dwa wafelki z ciecierztct
Wtorek 05.08	Bułeczka grahamka, razowa /1/, masło roślinne, chuda szynka wieprzowa, hummus buraczkowy /11/, pomidor, ogórek małosolny Kakao na napoju roślinnym	Pomidorowa z ryżem jaśminowym śmietaną roślinną i natką pietruszki /9/	Roladki drobiowe faszerowane warzywami lekki sos potrawkowy gotowane młode ziemniaki z koperkiem i oliwą z oliwek sałatka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką i kukurydzą Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto marchewkowe z cynamonem i ananasem /1,3/
Środa 06.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, pieczona pierś z kurczaka w plasterkach, ogórek zielony, rzodkiewka Płatki jęczmienne /1/ gotowane na napoju roślinnym z suszoną żurawiną Herbatka owocowa	Zielona jarzynowa z brokułami fasolką szparagową i cukinią /9/	Makaron penne /1/ z sosem carbonara ze śmietaną roślinną szynką świeżą natką pietruszką i suszonymi pomidorami /3/ Napój: Lemoniada jabłkowa	Paluch drożdżowy na napoju roślinnym zz czarnuszką /1,3/ Ogórek zielony do chrupania

**Mealway**

Czwartek 07.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, polędwica drobiowa gotowana, pomidor, ogórek zielony Herbatka malina-owoce leśne	Kapuśniak z młodej kapusty na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem /9/	Kotlet de volaille z natką pietruszki /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek mizeria z ogórków i rzodkiewki z sosem na bazie jogurtu roślinnego Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto na napoju roślinnym z brzoskwiniami i kruszonką /1,3/
Piątek 08.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, pasta z ciecierzycy, pasta rybna ze szczypiorkiem /4/, rzodkiewka, papryka Herbata z dzikiej róży	Krem marchewkowy z czerwoną soczewicą /9/ i grzankami razowymi /1/	Pancakes na napoju roślinnym /1,3/ z serkiem roślinnym i świeżymi owocami Napój: Kompot wieloowocowy	Pizzerinka z serem wegańskim i sosem pomidorowym /1,3/ ½ Jabłka
Poniedziałek 11.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, mus owocowy, szynka z kurczaka, pomidor, rzodkiewka Napar z melisy i mięty z cytryną	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Indyk w delikatnym curry z natką pietruszki ze śmietaną roślinną ryż paraboliczny blanszowany mix warzyw/marchew, kukurydza, zielony groszek, papryka/ Napój: Woda niegazowana	Arbuz / Dwa wafelki z ciecierzycy
Wtorek 12.08	Bułeczka z ziarnami, razowa /1/, masło roślinne, kiełbaska gotowana, dżem owocowy niskosłodzony, ogórek zielony, pomidor Kakao na napoju roślinnym	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Gnocchi /1,3/ w sosie pomidorowym posypane świeżą natką pietruszki i tartym serem wegańskim Napój: Lemoniada rabarbarowa	Mango lassi z bananem na napoju roślinnym / Dwa biszkopty /1,3/
Środa 13.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, domowy pasztet drobiowy z marchewką /3/, papryka, sałata, szczypiorek Owsianka /1/ gotowana na napoju roślinnym z musem jabłkowym Napar malina z rumiankiem	Włoska minestrone z pomidorami papryką ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Domowy kotlecik mielony z cukinią i warzywami /1,3/ gotowane młode ziemniaki z koperkiem i oliwą z oliwek surówka z zielonego ogórka i rzodkiewki z oliwą z oliwek Napój: Kompot wieloowocowy	Babeczka na napoju roślinnym /1,3/ Śliwka
Czwartek 14.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, jajko gotowane na twardo /3/, chuda szynka wieprzowa, ogórek zielony, rzodkiewka Napar ziołowo-owocowy	Zupa ogrodowa z filetem drobiowym ziemniaczkami fasolką szparagową i koperkiem /9/	Pierogi z owocami /1/ słodka śmietana roślinna sałatka owocowa Napój: Lemoniada cytrynowa	Wytrawne ciasteczko szpinakowe /1,3/ Mix warzyw do chrupania

**Mealway**

Poniedziałek 18.08	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, miód, wędlina drobiowa gotowana, pomidor, ogórek zielony Herbatka cytrynowa	Krem z zielonych warzyw z kleksem kwaśnej śmietany roślinnej /9/	Bitki wieprzowe w sosie własnym kasza gryczana surówka z buraczków Napój: Napój jabłkowy	Jogurt roślinny z granolą i musem mango /1/ ½ Jabłka
Wtorek 19.08	Buleczka żytnia, razowa /1/, masło roślinne, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /3/, pasztet z soczewicy, ogórek zielony, rzodkiewka Kakao na napoju roślinnym	Pomidorowa z makaronem śmietaną roślinną i natką pietruszki /1,9/	Klopsiki drobiowe /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek surówka z tartej marchewki z brzoskwinia Napój: Kompot wieloowocowy	Muffinka na napoju roślinnym z jagodami /1,3/ Mix warzyw do chrupania
Środa 20.08	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, schab pieczony w plasterkach, ogórek kiszony, papryka, rzodkiewka Ryż gotowany na napoju roślinnym z musem jabłkowym Herbata rooibos	Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze mięsny z ziemniakami i koperkiem /9/	Makaron świderki /1/ w sosie pomidorowym z warzywami posypyany tartym serem wegańskim Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto na napoju roślinnym z owocami i kruszonką /1,3/
Czwartek 21.08	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, wędlina drobiowa gotowana, smalczyk z białej fasoli z prażoną cebulką, rzodkiewka, pomidor Napar z melisy i mięty z cytryną	Barszcz czerwony ze świeżym koperkiem i kleksem kwaśnej śmietany roślinnej /9/	Kotlet de volaille z natką pietruszki /1,3/ gotowane młode ziemniaki z koperkiem i oliwą z oliwek mizeria z ogórków z sosem na bazie jogurtu roślinnego Napój: Lemoniada rabarbarowa	Gruszka / Dwa wafelki kukurydziane
Piątek 22.08	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, pasta rybna z pomidorami /4/, jajecznica /3/,ogórek zielony, rzodkiewka Herbatka owocowa	Krem z ciecierzycy z cukinią i świeżą natką pietruszki /9/	Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ z serkiem wegańskim musem mango i świeżymi owocami Napój: Kompot wieloowocowy	Pizzerinka z serem wegańskim /1,3/
Poniedziałek 25.08	Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, polędwica drobiowa gotowana, dżem wieloowocowy niskosłodzony, pomidor, sałata Napar ziołowo-owocowy	Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Kurczak teriyaki /6/ z warzywami /marchewka kolorowa papryka kalafior/ i świeżym szczypiorkiem ryż biały sypki Napój: Lemoniada jabłkowa	Koktajl truskawkowo- bananowy na napoju roślinnym / Świeże warzywa do chrupania



Mealway

Wtorek 26.08	Bułeczka grahamka, razowa /1/, masło roślinne, pasta jajeczna /3/, polędwica sopocka, papryka, ogórek zielony Kakao na napoju roślinnym	Krupnik z kaszką manną na wywarze mięsnym z warzywami i natką pietruszki /1,9/	Polędwiczki drobiowe w panierce /1,3/ ziemniaczki gotowane z koperkiem fasolka szparagowa duszona z cebulką Napój: Kompot wieloowocowy	Babka marmurkowa /1,3/
Środa 27.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, kielbaska gotowana, ogórek zielony, rzodkiewka, sałata Płatki kukurydziane na napoju roślinnym Herbata z dzikiej róży	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Kociołek warzywny /kolorowa cukinia, kabaczek, papryka, marchewka, bakłażan, ciecierzycy / mini pyzy drożdżowe /1,3/ Napój: Lemoniada cytrynowa	Arbuz / Jogurt roślinny z brzoskwiniami
Czwartek 28.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, pasta drobiowa z warzywami, jajko gotowane /3/, ogórek kiszony, pomidor Herbatka malina-owoce leśne	Letnia zupa zagrodowa na wywarze drobiowym z dymką /9/	Pieczeń z szynki w sosie własnym kasza pęczak /1/ surówka z buraczków z natką pietruszki i cebulką Napój: Lemoniada rabarbarowa	Paluch drożdżowy na napoju roślinnym z czarnuszką /1,3/ ½ Jabłka
Piątek 29.08	Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło roślinne, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony, pasta warzywna, rzodkiewka, ogórek zielony Napar malina z rumiankiem	Krem porowo-ziemniaczany /9/ z grzankami razowymi /1/	Paluszki z dorsza w panierce /1,3,4/ puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek surówka z białej kapusty z jabłkiem porem i marchewką Napój: Kompot wieloowocowy	Galaretka wiśniowa z jabłkiem /1/ ½ Banana

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

