



## **MENU OBIADOWE – SZKOŁA – OD 01.02 DO 29.02**

**diety: bezglutenowa BG, bez białek mleka krowiego BM**

### **CZWARTEK 01.02**

**Zupa:** Kalafiora z ziemniakami i zielonym groszkiem /9/

**Drugie danie:** Bitki ze schabu /1/ z **mąką kukurydzianą BG** sos pieczeniowo-majerankowy kluski śląskie /1/ **kluski śląskie z mąką ziemniaczaną BG** buraczki zasmażane z jabłkiem i cebulką

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto na maślanec z owocami i kruszonką /1,3,7/ **Ciasto bezglutenowe z owocami i kruszonką /3/ BG BM**

### **PIĄTEK 02.02**

**Zupa:** Krem z pieczonej papryki pomidorów i dyni i **ze śmietaną roślinną /9/ BM**

**Drugie danie:** **Pancakes bezglutenowe /3,7/ BG Pancakes na napoju roślinnym /1,3/ BM** dżem niskosłodzony brzoskwiniowy **BM** mus owoce leśne z truskawką

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko / Muffinka marchewkowa z żurawiną /1,3/ **Muffinka bezglutenowa z żurawiną /3/ BG**

### **PONIEDZIAŁEK 05.02**

**Zupa:** Ziemniaczana z porem majerankiem prażonymi pestkami słonecznika i **grzankami bezglutenowymi /9/ BG**

**Drugie danie:** **Makaron bezglutenowy BG** z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym ser żółty do posypania /7/ **bez sera BM**

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jogurt naturalny /7/ **Jogurt roślinny BM** z frużeliną wiśniową i prażonym crunchy /1/ **płatkami kukurydzianymi BG**

### **WTOREK 06.02**

**Zupa:** Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem jaśminowym **śmietaną roślinną** i natką pietruszki /9/**BM**

**Drugie danie:** Polędwiczki z kurczaka w delikatnej panierce z **mąki kukurydzianej /3/ BG** gotowane ziemniaki baby z koperkiem surówka z białej kapusty z jabłkiem i ogórkiem kiszonym

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Czekoladowe brownie z buraków /1,3,7/ **Ciasto bezglutenowe kakaowe z owocami /3/ BG BM**

### ŚRODA 07.02

**Zupa:** Rosół drobiowy z jarzynami **makaronem bezglutenowym** i natką pietruszki /9/ BG

**Drugie danie:** Kluski leniwe /1,3,7/ **Kluski ziemniaczane z owocem BM BG ze śmietaną roślinną BM i**  
musem truskawkowo-porzeczkowym surówka z marchewki i ananasa

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Kisiel owocowy /Jabłko

### CZWARTEK 08.02 TŁUSTY CZWARTEK

**Zupa:** Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami i koperkiem zabelona **śmietaną roślinną /9/ BM**

**Drugie danie:** Medaliony drobiowe duszone w sosie porowo-koperkowym /7/ **na bazie śmietany roślinnej**  
**BM z zielonym groszkiem ryż basmati z kurkumą blanszowany brokuł mini marchewki**

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Pączek z powidłami śliwkowymi /1,3,7/ **Dwa ciasteczka kukurydziane z powidłami /3/ BM BG**

### PIĄTEK 09.02

**Zupa:** Krem z ciecierzycy **ze śmietaną roślinną /9/ BM i grzankami bezglutenowymi BG**

**Drugie danie:** Nugettsy rybne w panierce kukurydzianej /3,4/ BG pieczone ziemniaczki sałatka  
ogrodowa z kapustą pekińską i świeżymi warzywami

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Banan / Pieczywo chrupkie gryczane – 2 sztuki

### PONIEDZIAŁEK 26.02

**Zupa:** Pomidorowa na wywarze drobiowym **makaronem bezglutenowym BG śmietaną roślinną BM i**  
natką pietruszki /9/

**Drugie danie:** Bogracz z mięsem drobiowym papryką i ziemniakami przyprawami **kasza jaglana BG**  
ogórek kiszony

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Banan / Herbatniki wielozbożowe /1,7/ **Wafelki z ciecierzycy BG BM -2 sztuki**

### WTOREK 27.02

**Zupa:** Szczawiowa z jajkiem i **śmietaną roślinną /3,9/ BM**

**Drugie danie:** Kotlet schabowy w panierce kukurydzianej /3/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z  
**dotądkiem oliwy z oliwek BM surówka z kiszonej kapusty jabłko i marchewki**

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Wafel przekładany pastą daktylową z kakao /1/ BM Ciastko bezglutenowe z kawałkami czekolady**  
**/3,7/ BG**

### ŚRODA 28.02

**Zupa:** Rosół drobiowy z jarzynami **makaronem bezglutenowym** i natką pietruszki /9/ BG

**Drugie danie:** Domowa sharma drobiowa ryż biały syarki dip jogurtowy /7/ **na bazie jogurtu roślinnego**  
**BM surówka koperkowa z kukurydzą**

Napój: Kompot wieloowocowy

*Deser: Ciasto bezglutenowe z owocem i kruszonką /3/ BG Paluch drożdżowy z czarnuszką na mleku roślinnym /1,3/ BM*

#### **CZWARTEK 29.02**

*Zupa: Delikatna grochowa z mięsem i ziemniakami /9/*

*Drugie danie: Makaron bezglutenowy BG z sosem pomidorowo-marchewkowym i bazylią*

*Napój: Kompot wieloowocowy*

*Deser: Jogurt naturalny /7/ z płatkami kukurydzianymi BG żurawiną i prażonym słonecznikiem Jabłko  
Budyń wiśniowy na mleku roślinnym BG Jabłko*

#### **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** –  
Gorzycza i produkty pochodne, **11** – Nasiona sezamu i produkty pochodne  
**12** – Dwutlenek siarki, **13** – Łubin, **14** – Mięczaki