



Mamy sposób
na posiłek!

www.mealway.pl



Menu szkolne 02.12 – 31.12
dieta bezglutenowa BG, dieta bez białek mleka krowiego BM

Dzień	Zupa	Drugie danie	Deser
Poniedziałek 02.12	Krem z pieczonego kalafiora czosnku i ciecierzycy z grzankami bezglutenowymi /9/ BG	Indyk w delikatnym curry z natką pietruszki z oliwą z oliwek BM ryż paraboliczny blanszowany mix warzyw /marchew, kukurydza, zielony groszek, papryka/ Napój: Kompot wieloowocowy	Mandarynka/ Wafelki kukurydziane – 2 sztuki BG
Wtorek 03.12	Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty na wywarze mięsnym /9/	Pieczona pałka kurczaka puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM surówka z pora jabłka i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Ciastko wytrawne bezglutenowe ze słonecznikiem /3/ BG BM
Środa 04.12	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/ BG	Kluski ziemniaczane /3/ BG z sosem pomidorowo-dyniowym i serem wegańskim /9/ BM Napój: Kompot wieloowocowy	Strucla z jabłkami rodzynkami i cynamonem na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM
Czwartek 05.12	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Polędwiczki drobiowe w panierce kukurydzianej bez glutenu /3/ BG gotowane ziemniaczki / surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą Napój: Kompot wieloowocowy	Budyń śmietankowy na napoju roślinnym z sosem wiśniowym BM
Piątek 06.12 MIKOŁAJKI	Krem pomidorowy ze śmietaną roślinną i prażonym słonecznikiem BM /9/	Naleśniki /1,3,7/ Naleśniki bezglutenowe /3,7/ BG z serkiem waniliowym /7/ Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ BM z powidłami śliwkowymi BM i musem truskawkowo-bananowym Napój: Kompot wieloowocowy	Pierniczek mikołajkowy bezglutenowy /3/ BG BM
Poniedziałek 09.12	Koperkowa z ryżem ziemniakami i śmietaną roślinną /9/	Gruziński gulasz lobio z fasolą i mięsem wieprzowym kasza jaaglana z natką pietruszki BG ogórek kiszony w słupkach Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt roślinny BM z płatkami kukurydzianymi BG i wiśniami

Wtorek 10.12	Krupnik z kaszą jaglaną jarzynami i świeżą natką pietruszki /9/	Poopsy z kurczaka a'la KFC w panierce kukurydzianej /3/ BG BM sos na bazie śmietany roślinnej z koperkiem BM pieczone ziemniaczki domowy colesław Napój: Kompot wieloowocowy	Babka cytrynowa z makiem na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG
Środa 11.12	Delikatna zupa gulaszowa z pomidorami i papryką na wywarze mięsnym /9/	Kluski ziemniaczane z owocem BM BG sos na bazie śmietany roślinnej z owocami leśnymi BM tarta marchew Napój: Kompot wieloowocowy	Galaretka truskawkowa z owocami BM
Czwartek 12.12	Kalafiorowa z zielonym groszkiem ziemniakami i koperkiem /9/	Domowa sharma drobiowa ryż paraboliczny z warzywami surówka z modrej kapusty z natką pietruszki Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto marchewkowe z żurawiną i ananasek na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG
Piątek 13.12	Pomidorowa z ryżem jaśminowym i śmietaną roślinną /9/	Paluszki rybne z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM marchewka z groszkiem bez masła BM Napój: Kompot wieloowocowy	Pizzerinka z serem i sosem pomidorowym bezglutenowa z serem wegańskim /3/ BM BG
Poniedziałek 16.12	Harira z soczewicą fasolką szparagową i mięsem wieprzowym /9/	Strogonow wieprzowy z ogórkiem kiszonym i papryką kluski ziemniaczane /3/ BG surówka z buraczków z cebulką i natką pietruszki Napój: Kompot wieloowocowy	Jabłko / Wafelki z ciecierzycy – 2 sztuki
Wtorek 17.12	Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem /9/	Eskalopki drobiowe w panierce kukurydzianej /3/ BG gotowane ziemniaczki z koperkiem/ surówka z białej kapusty pora jabłka i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Szarlotka bezglutenowa z kruszonką i cynamonem /3/ BG
Środa 18.12	Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem zabiłona śmietaną roślinną /9/ BM	Makaron bezglutenowy BG sos napoli z natką pietruszki i śmietaną roślinną BM Napój: Kompot wieloowocowy	Galaretka pomarańczowa z owocami
Czwartek 19.12 święteczne	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem bezglutenowym i natką pietruszki /9/ BG	Dorsz w panierce prowansalskiej z dodatkiem mąki kukurydzianej /3,4/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki Napój: Kompot wieloowocowy	Piernik bezglutenowy z powidłami śliwkowymi /3/ BG BM
Piątek 20.12 święteczne	Barszcz czerwony /9/ z pasztecikiem (nadzienie z kapusty kiszonej) /1,3,7/ z pasztecikiem bezglutenowym BG BM	Kluski ziemniaczane z kapustą BG i cebulką śmietana roślinna BM Napój: Kompot wieloowocowy	Babka marmurkowa bezglutenowa /3/ BG Mandarynka

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