



Mamy sposób
na posiłek!

www.mealway.pl



Menu śniadaniowe 03.02 – 28.02

Dzień	I śniadanie	II śniadanie
Poniedziałek 03.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, ser żółty /7/, polędwica sopočka, rzodkiewka, ogórek zielony Napój miętowy z cytryną</i>	<i>Ryż gotowany na mleku /7/ z rodzynkami</i>
Wtorek 04.02	<i>Buteczka grahamka, razowa /1/, masło /7/, twarożek ze szczypiorkiem /7/, miód, ogórek zielony, papryka Kakao na mleku /7/</i>	<i>Jogurt naturalny /7/ Płatki kukurydziane Mix warzyw i owoców w słupkach</i>
Środa 05.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta jajeczna /3/, chuda szynka wieprzowa, pomidor, ogórek kiszony Napar malinowy z cytryną</i>	<i>Kaszka manna /1/ gotowana na mleku /7/ z musem owocowym</i>
Czwartek 06.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, serek owocowy /7/, szynka z indyka, pomidor, ogórek zielony Herbatka owocowa</i>	<i> pudding jaglany gotowany na mleku /7/ z musem owocowym</i>
Piątek 07.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, jajko gotowane na twardo /3/, pasta rybna z koperkiem /4/, papryka, ogórek kiszony Herbata rooibos</i>	<i>Owsianka /1/ gotowana na mleku /7/</i>
Poniedziałek 10.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, ser mozzarella /7/, szynka z kurczaka, rzodkiewka, sałata Herbatka lipowa z miętą</i>	<i>Płatki ryżowe gotowane na mleku /7/ z suszoną żurawiną</i>
Wtorek 11.02	<i>Buteczka z ziarnami, razowa /1/, masło /7/, dżem z owoców leśnych niskosłodzony, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/, ogórek zielony, rzodkiewka Kakao na mleku /7/</i>	<i>Płatki kukurydziane z mlekiem /7/</i>

Środa 12.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, kiełbasa sucha krakowska, pasta z ciecierzycy z koperkiem, ogórek kiszony, papryka Herbatka owocowa</i>	<i>Płatki jęczmienne /1/ gotowane na mleku /7/</i>
Czwartek 13.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, jajko gotowane /3/, chuda szynka wieprzowa, sałata, pomidor Herbata rooibos</i>	<i>Kaszka orkiszowa /1/ gotowana na mleku z suszonymi morelami</i>
Piątek 14.02 Walentynki	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, miód, ser żółty /7/, papryka, ogórek zielony Napar owocowy</i>	<i>Jogurt naturalny /7/ Chrupki kukurydziane Mix warzyw w słupkach</i>
Poniedziałek 17.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, kiełbaska gotowana, ser mozzarella /7/, rzodkiewka, sałata Napar z melisy i mięty z cytryną</i>	<i>Płatki jaglane gotowane na mleku /7/</i>
Wtorek 18.02	<i>Bułeczka żytnia, razowa /1/, masło /7/, twaróg śmietankowy /7/, polędwica drobiowa, papryka, rzodkiewka Kakao na mleku /7/</i>	<i>Kisiel z kawałkami owoców / Wafelki ryżowe</i>
Środa 19.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, dżem truskawkowy niskosłodzony, ser żółty /7/, sałata, pomidor Herbata rooibos</i>	<i>Płatki owsiane /1/ gotowane na mleku /7/</i>
Czwartek 20.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta jajeczna z koperkiem /3/, chuda szynka wieprzowa, ogórek kiszony, papryka Herbatka owocowa</i>	<i>Budyń czekoladowy /7/ z sosem wiśniowym</i>
Piątek 21.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasta rybna z ogórkiem kiszonym /4/, ser mozzarella /7/, pomidor, ogórek zielony Herbata z dzikiej róży</i>	<i>Płatki kukurydziane z mlekiem /7/</i>
Poniedziałek 24.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, pasztet drobiowo-warzywny /3/, serek śmietankowy do smarowania /7/, ogórek zielony, szczypiorek Napar miętowy z cytryną</i>	<i>Płatki jęczmienne /1/ gotowane na mleku /7/ z rodzynkami</i>
Wtorek 25.02	<i>Bułeczka grahamka, razowa /1/, masło /7/, ser żółty /7/, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony, pomidor, sałata Kakao na mleku /7/</i>	<i>Płatki ryżowe gotowane na mleku /7/</i>
Środa 26.02	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, jajko gotowane na twardo /3/, kiełbasa sucha krakowska, ogórek kiszony, rzodkiewka Herbatka owocowa</i>	<i>Jaglanka gotowana na mleku /7/ z wiórkami kokosowymi</i>
Czwartek 27.02 Tłusty Czwartek	<i>Pieczyno żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, szynka z indyka, pasta koperkowa z zielonego groszku, papryka, pomidor Napar malinowy z cytryną</i>	<i>Płatki kukurydziane z mlekiem /7/</i>

Piątek 28.02	<i>Pieczywo żytnie, razowe, pszenne /1/, masło /7/, miód, ser twarogowy półtłusty w plasterkach /7/, rzodkiewka, ogórek zielony</i> <i>Herbata rooibos</i>	<i>Owsianka /1/ gotowana na mleku /7/</i>
-------------------------------	---	---

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