



Mamy sposób  
na posiłek!

www.mealway.pl



Menu szkolne 03.02 – 28.02 dieta bezglutenowa BG, dieta bez białek mleka krowiego BM

Dzień	Zupa	Drugie danie	Deser
<b>Poniedziałek</b> 03.02	Kalafiorowa z ziemniakami i zielonym groszkiem /9/	Strogonow z papryką czerwoną i ogórkiem kiszonym <i>kluski ziemniaczane</i> /3/ BG surówka koperkowa <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Budyń bananowy <i>na napoju roślinnym</i> BM Mandarynka
<b>Wtorek</b> 04.02	Krem z zielonych warzyw z <i>prażonym słonecznikiem</i> /9/ BM	Domowa sharma drobiowa duszona w słodkiej papryce ryż biały sypki dip jogurtowy <i>na bazie jogurtu roślinnego</i> BM surówka z czerwonej kapusty i marchewki <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Ciasto z owocami i kruszonką <i>na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym</i> /3/ BG BM
<b>Środa</b> 05.02	Fasolowa z białej fasolki na mięsie wieprzowym z ziemniakami i majerankiem /9/	Makaron <i>bezglutenowy</i> BG z pesto bazyliowo-pietruszkowym i warzywami blanszowana mini marchewka <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Buteczka drożdżowa z nadzieniem pieczarkowym <i>na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym</i> /3/ BG BM
<b>Czwartek</b> 06.02	Szpinakowa z ziemniaczkami i śmietaną <i>roślinną</i> na wywarze mięsny /9/ BM	Polędwiczki z kurczaka w panierce <i>bezglutenowej</i> /3/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z <i>dotądkiem oliwy z oliwek</i> BM surówka z białej kapusty z jabłkiem i ogórkiem kiszonym <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Babka marmurkowa <i>na bazie mąki bezglutenowej</i> /3/ BG
<b>Piątek</b> 07.02	Krem z czerwonej soczewicy z grzankami <i>bezglutenowymi</i> /9/ BG	<i>Pancakes bezglutenowe</i> /3,7/ BG twarożek mango /7/ <i>Pancakes na napoju roślinnym</i> /1,3/ BM z dżemem brzoskwiowym niskosłodzonym BM mus owoce leśne z truskawką <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Kisiel z kawałkami owoców

<b>Poniedziałek</b> <b>10.02</b>	Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami i koperkiem zabiłona <b>śmietaną roślinną /9/ BM</b>	Gulasz węgierski z mięsem wieprzowym i warzywami kasza kukurydziana surówka z buraczków  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Jabłko / Dwa wafelki z ciecierzycy
<b>Wtorek</b> <b>11.02</b>	Krem z białych warzyw i cukinii z koperkiem /9/ <b>BM</b>	Kotlet schabowy w panierce kukurydzianej <b>bezglutenowej /3/ BG</b> puree ziemniaczane z <b>dotądkiem oliwy z oliwek BM</b> surówka z białej kapusty pora jabłko i marchewki  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Brownie <b>kakaowe</b> z wiśniami na bazie <b>mąki bezglutenowej /3/ BG</b>
<b>Środa</b> <b>12.02</b>	Krupnik z kaszą jagłą warzywami i natką pietruszki na wywarze mięsny /9/	<b>Naleśniki bezglutenowe /3,7/ BG</b> z twarożkiem waniliowym /7/ <b>Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ BM</b> z <b>powidłami śliwkowymi BM</b> mus jabłkowy z cynamonem  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Pizzerinka <b>bezglutenowa BG</b> z szynką i serem <b>wegańskim BM</b>
<b>Czwartek</b> <b>13.02</b>	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem <b>bezglutenowym</b> i natką pietruszki /9/ <b>BM</b>	Medaliony drobiowe duszone w sosie porowo-koperkowym z <b>dotądkiem oliwy z oliwek BM</b> z zielonym groszkiem ryż basmati z kurkumą blanszowany brokuł mini marchewki  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	<b>Kisiel owocowy</b> z sosem truskawkowo-bananowym <b>BM</b> Chrupki kukurydziane
<b>Piątek</b> <b>14.02</b> <b>Walentynki</b>	Jarzynowa z zielonym groszkiem i brukselką /9/	Paluszki rybne z <b>dotądkiem mąki kukurydzianej /3,4/ BG</b> puree ziemniaczane z koperkiem z <b>dotądkiem oliwy z oliwek BM</b> surówka z kiszanej kapusty marchewki jabłko i natki pietruszki  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Ciasteczko walentynkowe-serduszko na bazie <b>mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM</b> Mandarynka
<b>Poniedziałek</b> <b>17.02</b>	Pomidorowa z ryżem jaśminowym i śmietaną roślinną /9/	<b>Kluski ziemniaczane z owocem /3/ BG BM</b> mus śmietanowo-wiśniowy ze <b>śmietaną roślinną BM</b> surówka z marchewki  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Gruszka / <b>Wafelki z ciecierzycy</b> - 2 sztuki <b>BG</b>
<b>Wtorek</b> <b>18.02</b>	Kalafiorowa z ziemniakami i kolorowa fasolką szparagową /9/	Poopsy z kurczaka a'la KFC w panierce kukurydzianej /3/ <b>BG BM</b> sos jogurtowy z koperkiem na bazie <b>jogurtu roślinnego BM</b> pieczone ziemniaczki domowy coleslaw  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Drożdżówka ze śliwką i kruszonką na bazie <b>mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM</b>
<b>Środa</b> <b>19.02</b>	Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Pieczeń z łopatki z majerankiem i rozmarynem w sosie własnym kasza <b>jaglana BG</b> modra kapusta na ciepło  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Jogurt <b>roślinny BM</b> z prażonym jabłkiem i <b>płatkami kukurydzianymi BG</b>

<b>Czwartek</b> <b>20.02</b>	Rosół drobiowy z jarzynami makaronem <b>bezglutenowym</b> i natką pietruszki /9/ <b>BG</b>	Sznyceł drobiowy w panierce z <b>dodatkiem mąki kukurydzianej /3/ BG</b> puree ziemniaczane z koperkiem z <b>dodatkiem oliwy z oliwek BM</b> marchewka z groszkiem  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Babka cytrynowa z makiem <b>na bazie mąki bezglutenowej /3/ BG</b>
<b>Piątek</b> <b>21.02</b>	Krem ziemniaczano–porowy z gałką muskatołową i prażonymi pestkami słonecznika /9/	Makaron <b>bezglutenowy BG</b> z sosem pomidorowo-marchewkowym z bazylią bukiet blanszowanych warzyw  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Domowa bułeczka drożdżowa z nadzieniem szpinakowym i czarnuszką <b>na bazie mąki bezglutenowej z napojem roślinnym /3/ BG BM</b>
<b>Poniedziałek</b> <b>24.02</b>	Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty na wywarze mięsnym /9/	Potrąwka z indyka z porem i koperkiem z <b>śmietany roślinnej /9/ BM</b> kasza <b>jaglana</b> z natką pietruszki <b>BG</b> surówka z marchewki  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Jogurt <b>roślinny BM</b> z frużeliną wiśniową i <b>płatkami kukurydzianymi BG</b>
<b>Wtorek</b> <b>25.02</b>	Barszcz czerwony z jarzynami ziemniakami i kleksem kwaśnej <b>śmietany roślinnej /9/ BM</b>	Pieczone pałki z kurczaka sos barbecue gotowane ziemniaki z koperkiem surówka z białej kapusty marchewki i kukurydzy  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Ciastko <b>kukurydziane</b> ze słonecznikiem pestkami dyni i żurawiną /3/ <b>BG</b>
<b>Środa</b> <b>26.02</b>	Meksykańska z majerankiem czerwoną fasolką i kawałkami mięsa /9/	<b>Naleśniki bezglutenowe /3,7/ BG</b> z serkiem czekoladowym /7/ <b>Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ BM</b> z dżemem owocowym niskostodżonym <b>BM</b> mus z czerwonych owoców  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Galaretka agrestowa z owocami/ Dwa wafelki z ciecierzycy
<b>Czwartek</b> <b>27.02</b>	Krupnik z kaszą <b>jaglana</b> warzywami mięsem i natką pietruszki /9/ <b>BG</b>	Zrazy wieprzowe z ogórkiem kiszonym duszone w sosie własnym <b>kluski ziemniaczane /3/ BG</b> surówka z buraczków i marchewki  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	<b>Faworki bezglutenowe /3/ BM BG</b>
<b>Piątek</b> <b>28.02</b>	Pomidorowa z makaronem <b>bezglutenowym</b> i śmietaną roślinną /9/ <b>BG</b>	Filet z dorsza w panierce kukurydzianej <b>bezglutenowej /3,4/ BG</b> puree ziemniaczane z koperkiem z <b>dodatkiem oliwy z oliwek BM</b> sałatka ogrodowa z kapustą pekińską i świeżymi warzywami  <b>Napój:</b> Kompot wieloowocowy	Crumble owocowe pod kruszonką <b>bezglutenową BG</b>

**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