



Mamy sposób
na posiłek!

www.mealway.pl



Menu szkolne dieta wegetariańska 03.02 – 28.02

Dzień	Zupa	Drugie danie	Deser
Poniedziałek 03.02	Kalafiorowa z ziemniakami i zielonym groszkiem /9/	Strogonow z papryką czerwoną ogórkiem kiszonym i soczewicą kluski śląskie /1,3/ surówka koperkowa Napój: Kompot wieloowocowy	Budyń bananowy/7/ Mandarynka
Wtorek 04.02	Krem z zielonych warzyw z tartą mozzarellą /7/	Ciecierzycą duszona w słodkiej papryce ryż biały syпки dip jogurtowy /7/ surówka z czerwonej kapusty i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasto na maślanec z owocami i kruszonką /1,3,7/
Środa 05.02	Fasolowa z białej fasolki na wywarze warzywnym z ziemniakami i majerankiem /9/	Makaron pełnoziarnisty /1/ z pesto bazyliowo-pietruszkowym i warzywami posypany serem pecorino /7/ blanszowana mini marchewka Napój: Kompot wieloowocowy	Bułeczka drożdżowa z nadzieniem pieczarkowym /1,3,7/
Czwartek 06.02	Szpinakowa z ziemniaczkami i śmietaną na wywarze warzywnym /7, 9/	Kotlet z fasolki w panierce panco /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z białej kapusty z jabłkiem i ogórkiem kiszonym Napój: Kompot wieloowocowy	Babka marmurkowa /1,3/
Piątek 07.02	Krem z czerwonej soczewicy z grzankami razowymi /1,9/	Pancakes /1,3,7/ twarożek mango /7/ mus owoce leśne z truskawką Napój: Kompot wieloowocowy	Kisiel z kawałkami owoców

Poniedziałek 10.02	Ogórkowa na wywarze warzywnym z ziemniakami i koperkiem zabilona /7,9/	Gulasz węgierski z soczewicą i warzywami kasza kukurydziana surówka z buraczków Napój: Kompot wieloowocowy	Jabłko / Dwa wafelki z ciecierzycy
Wtorek 11.02	Krem z białych warzyw i cukinii z koperkiem i razowymi grzankami /1,9/	Kotlet z cukinii w panierce kukurydzianej /1,3/ puree ziemniaczane /7/ surówka z białej kapusty pora jabłka i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Brownie czekoladowe z wiśniami /1,3/
Środa 12.02	Krupnik z kaszą jagłą warzywami i natką pietruszki na wywarze warzywnym /9/	Naleśniki /1,3,7/ z twarożkiem bananowym /7/ mus jabłkowy z cynamonem Napój: Kompot wieloowocowy	Pizzerinka z szynką i serem /1,3,7/
Czwartek 13.02	Bulion wegetariański z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Medaliony z białej fasoli duszone w sosie porowo-koperkowym /7/ z zielonym groszkiem ryż basmati z kurkumą blanszowany brokuł mini marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Kisiel owocowy z sosem truskawkowo-bananowym /7/
Piątek 14.02 Walentynki	Jarzynowa z zielonym groszkiem i brukselką /9/	Kotlet z ciecierzycy /1,3,9/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z kiszanej kapusty marchewki jabłka i natki pietruszki Napój: Kompot wieloowocowy	Ciasteczko walentynkowe-serduszek /1,3,7/ Mandarynka
Poniedziałek 17.02	Pomidorowa z ryżem jaśminowym i śmietaną roślinną /1,9/	Pierogi z serkiem /1,7/ mus śmietanowo-wiśniowy /7/ surówka z marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Gruszka /Herbatniki - 2 sztuki /1,3/
Wtorek 18.02	Kalafiorowa z ziemniakami i kolorową fasolką szparagową /9/	Kuleczki z fasoli czerwonej /1,3/ sos jogurtowy z koperkiem /7/ pieczone ziemniaczki domowy coleslaw Napój: Kompot wieloowocowy	Drożdżówka ze śliwką i kruszonką /1,3,7/
Środa 19.02	Ogórkowa na wywarze warzywnym z ziemniakami koperkiem i śmietaną roślinną /9/	Pieczeń z soczewicy z majerankiem /3/ w sosie własnym kasza jęczmienna perłowa /1/ modra kapusta na ciepło Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt naturalny z prażonym jabłkiem i kruszonką ciasteczkową /1,7/
Czwartek 20.02	Bulion wegetariański z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/	Sznyceł z kalafiora w panierce /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ marchewka z groszkiem glazurowana masłem /7/ Napój: Kompot wieloowocowy	Babka cytrynowa z makiem /1,3/

Piątek 21.02	Krem ziemniaczano–porowy z gałką muszkatołową i prażonymi pestkami słonecznika /9/	Makaron fusilli /1/ z sosem pomidorowo-marchewkowym z bazylią i tartą mozzarellą /7/ bukiet blanszowanych warzyw Napój: Kompot wieloowocowy	Domowa bułeczka drożdżowa z nadzieniem szpinakowo-serowym i czarnuszką /1,3,7/
Poniedziałek 24.02	Kapuśniak z kiszzonej i słodkiej kapusty na wywarze warzywnym /9/	Klopsy z ciecierzycy /3/ w potrawce koperkowej /7,9/ kasza bulgur z natką pietruszki /1/ surówka z marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Jogurt naturalny z frużeliną wiśniową i prażonym crunchy /1,7/
Wtorek 25.02	Barszcz czerwony z jarzynami ziemniakami i kleksem kwaśnej śmietany /7,9/	Burger z fasolki i suszonych pomidorów /3/ gotowane ziemniaki z koperkiem surówka z białej kapusty marchewki i kukurydzy Napój: Kompot wieloowocowy	Ciastko owsiane ze słonecznikiem pestkami dyni i żurawiną /1,3/
Środa 26.02	Meksykańska z majerankiem czerwoną fasolką na wywarze warzywnym /9/	Naleśniki /1,3,7/ z serkiem czekoladowym /7/ mus z czerwonych owoców Napój: Kompot wieloowocowy	Kisiel z owocami/ Dwa wafelki z ciecierzycy
Czwartek 27.02	Krupnik z kaszą jęczmienną warzywami i natką pietruszki na wywarze warzywnym /1,9/	Gulasz z soczewicy z ogórkiem kiszonym szare kluski /1/ surówka z buraczków i marchewki Napój: Kompot wieloowocowy	Pączek z powidłami śliwkowymi /1,3,7/
Piątek 28.02	Pomidorowa z makaronem fusilli i śmietaną roślinną /1,9/	Kotlet jajeczny w panierce kukurydzianej /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ sałatka ogrodowa z kapustą pekińską i świeżymi warzywami Napój: Kompot wieloowocowy	Crumble owocowe pod kruszonką /1/

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