

MENU 02-06.09.2019 BG

Poniedziałek

- Chleb bezglutenowy, płatki kukurydziane na mleku ryżowym z rodzynkami, miód, herbata malinowa
- Zupa grochowa z majerankiem. Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami i natką pietruszki, kasza gryczana, surówka z białej kapusty, woda
- Śliwki, chrupki kukurydziane

Wtorek: Dzień izraelski

- Chleb bezglutenowy, pasta z groszku zielonego z miętą, cząstki brzoskwini, herbata miętowa
- Kalahora- krem czosnkowy z grzanezcami bezglutenowymi. Falafele z ciecierzycy ze świeżą kolendrą, dip z mleka kokosowego z tahini⁽¹¹⁾ i sokiem z cytryny, kasza jagłana, warzywa gotowane na parze, kompot z figami
- Malabi- izraelski budyń na mleku ryżowym z wodą różaną

Środa

- Chleb bezglutenowy, pasta z białej fasoli z cebulą, jabłkiem i majerankiem, ogórek kiszony, cząstki gruszki, herbata z dzikiej róży
- Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem. Polędwiczki z kurczaka zapiekane z cukinią i papryką ze świeżymi ziołami, ryż, kompot gruszkowy
- Mleko kokosowe z kokosem, wafel ryżowy

Czwartek

- Jagłanka na mleku roślinnym z prażonymi jabłkami, chleb bezglutenowy konfitura malinowa, śliwka, herbata czarna porzeczką
- Zupa pomidorowa z ryżem i świeżą bazylią. Kuleczki rybne⁽⁴⁾ z morszczuka z natką pietruszki, ziemniaki puree, kapusta kiszona z marchewką i koperkiem, kompot śliwkowy
- Keks bezglutenowy z żurawiną

Piątek

- Chleb bezglutenowy, szynka pieczona w piecu (wyrób własny), rzodkiewka, cząstki jabłka, herbata rumiankowa
- Zupa jarzynowa z dynią piżmową. Kopytka ziemniaczane z sosem warzywnym, marchew z jabłkiem, kompot jabłkowy
- Bułeczka bezglutenowa z pesto pietruszkowym z pestkami słonecznika i olejem rzepakowym tłoczonym na zimno

Kaloryczność posiłków żłobka to 750 kcal realizowana w 4 posiłkach podawanych dzieciom: śniadanie, zupa, drugie danie, podwieczerek .

Kaloryczność posiłków przedszkola to 1050 kcal realizowana w 4 posiłkach śniadanie, zupa, drugie danie, podwieczerek.

OZNACZENIE ALERGENÓW 1 gluten | 3 jaja | 4 ryby | 7 produkty mleczne | 11 sezam, 8 migdały-orzechy