

Dieta podstawowa

3-7.12.2018

Złobek WESOŁE NUTKI

poniedziałek

wtorek

środa

czwartek

piątek

Śniadanie



Pieczywo mieszane (30 g) z masłem (10 g), pastą jajeczną (25 g) i rzodkiewką, konfitura owocowa (20 g)
Herbata ziołowa (200 ml)
Alergeny: 1, 3, 7,

Pieczywo mieszane (30 g) z masłem (10 g), szynką drobiową (20 g) i pomidorem (20 g)
Owsianka z „Piękną i Bestią” (Owsianka na mleku) (100 ml)
Herbata owocowa (200 ml)
Alergeny: 1, 7

Pieczywo mieszane (30 g) z masłem (10 g), serem żółtym (20 g), pastą rybną (20 g) i ogórkiem (10 g)
Herbata rooibos (200 ml)
Alergeny: 1, 4, 7

Pieczywo mieszane (30 g), bułka pszenna (30 g) z masłem (10 g), twarogiem i rzodkiewką (20 g)
Paróweczka drobiowa min. 90% mięsa (30 g)
Herbata owocowa (200 ml)
Alergeny: 1, 7

Pieczywo mieszane (30 g) z masłem (10 g), serem żółtym (20 g), papryką (15 g)
Jajko gotowane (20 g)
Mleko (200 ml)
Alergeny: 1, 3, 7

Obiad



Świeżakowa zupka (Zupa z świeżych jarzyn) (150 ml)
Kurczak w sosie śmietanowo - brokułowym (50 g, 50 g), makaron świderki (100 g)
Woda mineralna (200 ml)
Alergeny: 1, 7, 9

Zupka z oczkami (Domowy rosół z jarzynami i makaronem) (150 ml)
Wędrówki Pyzy (Pyzy z sosem ala strogonow (100 g), buraczki tarte (60 g))
Woda mineralna (200 ml)
Alergeny: 1, 9

Witaminowa Bomba (Krem z zielonych warzyw (150 ml)
Kotlecik drobiowy po parysku (50 g), duszone ziemniaczki z koperkiem (80 g), surówka marchewkowo-jabłkowa (60 g)
Woda mineralna (200 ml)
Alergeny: 1, 3, 7, 9

Zupka Czerwonego Kapturka (Zupa pomidorowa z makaronem) (150 ml)
Pierogi z owocami (100 g)
Woda mineralna (200 ml)
Alergeny: 1, 3, 7, 9

Mam tę moc! - zupka prosto z Krainy Lodu (Krem kalafiorowy) (150 ml)
Danie Morskiego Podróżnika (Kotleciki rybne (50 g), kasza jaglana (80 g), sos koperkowy, marchewka z groszkiem (60 g))
Woda mineralna (200 ml)
Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9

Podwieczorek



Słodki banan (80 g)

Koktajl owocowy (90 g), chrupki kukurydziane
Alergeny: 7

Jabłecznik (50 g)
Alergeny: 1, 3, 7

Mamałyga z owocami (Kaszka manna na mleku z musem owocowym) (100 g)
Alergeny: 1, 7

Bajeczna sałatka Kubusia Puchatka (Sałatka owocowa) (80 g)

W jadłospisie zastrzega się prawo do zmian

