



## **MENU OBIADOWE- PRZEDSZKOLE OD 02.04 DO 30.04**

**diety: bezglutenowa BG, bez białek mleka krowiego BM**

### **WTOREK 02.04**

**Zupa:** Wiosenna zupa zagrodowa na wywarze drobiowym z dymką /9/

**Drugie danie:** Gulasz warzywny z ziemniakami i ciecierzycą ryż jaśminowy ogórek kiszony w słupkach

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko / **Wafelki kukurydziane - 2 sztuki BG**

### **ŚRODA 03.04**

**Zupa:** Krem z białych warzyw i gruszki /9/ z prażoną cebulką

**Drugie danie:** Kotlet drobiowy **w panierce kukurydzianej /3/ BG BM** puree ziemniaczane z koperkiem z **dotądkiem oliwy z oliwek BM** surówka z białej kapusty jabłka marchewki i kukurydzy

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Ciasto bezglutenowe z owocami i kruszonką /3/ BG BM**

### **CZWARTEK 04.03**

**Zupa:** Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem parabolicznym śmietaną **roślinną BM** i natką pietruszki /9/

**Drugie danie:** **Pancakes bezglutenowe /3,7/ BG Pancakes na napoju roślinnym /1,3/ BM z dżemem niskosłodzonym brzoskwiniowym BM** i musem z czerwonych owoców

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Banan/ **Wafelki z ciecierzycy – 2 sztuki**

### **PIĄTEK 05.04**

**Zupa:** Krem z batatów marchewki i dyni /9/ z kukurydzianym popcornem

**Drugie danie:** Kotlet mielony z dorsza z cukinią porem i natką pietruszki **z mąką kukurydzianą /3,4/ BG** gotowane ziemniaki z koperkiem marchewka z groszkiem **z dodatkami oliwy z oliwek BM**

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Muffinki bezglutenowe z owocami /3/ BG BM**

### **PONIEDZIAŁEK 08.04**

**Zupa:** Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze drobiowym /9/

**Drugie danie:** Delikatna wieprzowina duszona w sosie cytrynowym z zielonym groszkiem ryż paraboliczny z natką pietruszki surówka z buraczków i kiszonych ogórków

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Koktajl mango z bananem **z napojem roślinnym BM** Gruszka

#### WTOREK 09.04

**Zupa:** Delikatna zupa gulaszowa z czerwoną fasolką ziemniakami i papryką /9/  
**Drugie danie:** Makaron **bezglutenowy BG** z pesto z suszonych pomidorów posypyany świeżą bazylią i natką pietruszki **bez sera BM**  
Napój: Kompot wieloowocowy  
Deser: **Ciastko kukurydziano-jaglanae z czarnuszką /3/ BG** Marchew/Ogórek zielony do chrupania

#### ŚRODA 10.04

**Zupa:** Krem z kiszzonego ogórka ziemniaków i koperku **ze śmietaną roślinną /9/ BM**  
**Drugie danie:** Udziec z indyka pieczony w tymianku z warzywami puree ziemniaczane z koperkiem z **dodatkiem oliwy z oliwek BM** surówka z pora jabłka i marchewki  
Napój: Kompot wieloowocowy  
Deser: Babka marmurkowa **bezglutenowa /3/ BG**

#### CZWARTEK 11.04

**Zupa:** Rosół drobiowy z jarzynami natką pietruszki /9/ i **makaronem bezglutenowym BG**  
**Drugie danie:** Kofta wieprzowo-drobiowa **dip z kiszonych ogórków BM** pieczone ziemniaki domowy colesław  
Napój: Kompot wieloowocowy  
Deser: **Jogurt roślinny BM** z brzoskwiniami **Pieczywo chrupkie gryczane BG BM**

#### PIĄTEK 12.04

**Zupa:** Wiosenna zupa z botwinką młodą kapustą i kaszą **jaglaną /9/ BG**  
**Drugie danie:** **Knedle ziemniaczane z owocem BG** Pierogi z truskawkami /1/ **BM śmietana roślinna BM** surówka z marchewki  
Napój: Kompot wieloowocowy  
Deser: **Ciasto bezglutenowe z owocem i kruszonką /3/ BG** Paluch drożdżowy z czarnuszką na mleku **roślinnym /1,3/ BM** ½ Jabłka

#### PONIEDZIAŁEK 15.04

**Zupa:** Krupnik ryżowy na wywarze mięsny z warzywami i natką pietruszki /9/  
**Drugie danie:** Pieczeń z szynki w sosie własnym z rozmarynem kukurydziana polenta **bezglutenowa BM** surówka z białej kapusty z czerwoną papryką i kiszonym ogórkiem  
Napój: Kompot wieloowocowy  
Deser: Banan / Wafelki kukurydziane- 2 sztuki

#### WTOREK 16.04

**Zupa:** Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami koperkiem i **śmietaną roślinną /9/ BM**  
**Drugie danie:** **Naleśniki bezglutenowe /3,7/ BG** z serkiem mango /7/ **Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ BM** z prażonym jabłkiem **BM** konfitura z malin i owoców leśnych  
Napój: Kompot wieloowocowy  
Deser: **Ciasto wytrawne bezglutenowe ze szpinakiem i szynką /3/ BG BM**

### ŚRODA 17.04

**Zupa:** Barszcz z botwinki z ziemniakami i koperkiem /9/

**Drugie danie:** Sznyceł drobiowy po parysku z mąką kukurydzianą /3/ BG puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM blanszowany mix warzyw

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Placek wiosenny bezglutenowy z owocami i kruszonką /3/ BG

### CZWARTEK 18.04

**Zupa:** Krem ciecierzycy ze śmietaną roślinną /9/ BM i grzankami bezglutenowymi BG

**Drugie danie:** Domowa sharma drobiowa z udka kurczaka ryż biały sypki dip na bazie jogurtu roślinnego BM surówka koperkowa

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Budyń wiśniowy na mleku roślinnym BM Jabłko

### PIĄTEK 19.04

**Zupa:** Pomidorowa z makaronem bezglutenowym BG śmietaną roślinną BM i natką pietruszki /9/

**Drugie danie:** Paluszki z dorsza w panierce kukurydzianej /3,4/ BG pieczone ziemniaczki sałatka ogrodowa z kapustą pekińską i świeżymi warzywami

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Koktajl truskawkowo-wiśniowy na mleku roślinnym BM Chrupki kukurydziane

### PONIEDZIAŁEK 22.04

**Zupa:** Fasolowa z białej fasolki z kawałkami mięsa i majerankiem /9/

**Drugie danie:** Szpinakowe gnocchi /1,3/ Kluski śląskie bezglutenowe BG w sosie pieczarkowo-śmietanowym na bazie śmietany roślinnej BM posypane świeżą natką pietruszki bez sera BM bukiet blanszowanych warzyw z prażonym słonecznikiem

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jogurt roślinny BM z frużeliną wiśniową i prażonym crunchy /1/ z płatkami kukurydzianymi BG Gruszka

### WTOREK 23.04

**Zupa:** Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze mięsny z ziemniakami i koperkiem /9/

**Drugie danie:** Pałka z kurczaka pieczona z warzywami puree ziemniaczane z koperkiem z dodatkiem oliwy z oliwek BM

surówka z buraczków z natką pietruszki i cebulką

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto bananowe bezglutenowe z żurawiną /3/ BG

### ŚRODA 24.04

**Zupa:** Jarzynowa z zielonym groszkiem ziemniakami i młodą kapustą /9/

**Drugie danie:** Makaron bezglutenowy BG z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym bez sera BM

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Galaretka z sosem truskawkowo-malinowym BM Ogórek zielony/ Kalarepa do chrupania

#### CZWARTEK 25.04

**Zupa:** Rosół drobiowy z jarzynami natką pietruszki /9/ i **makaronem bezglutenowym BG**

**Drugie danie:** Kurczak po azjatycku w cieście **kukurydzianym /3/ BG BM** ryż paraboliczny z natką pietruszki sos słodko-kwaśny surówka z białej kapusty i marchewki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Ciastko kukurydziano-jaglano z czarnuszką /3/ BG** Jabłko

#### PIĄTEK 26.04

**Zupa:** Krem z pieczonej papryki pomidorów i dyni **ze śmietanką roślinną /9/ BM**

**Drugie danie:** **Kluski ziemniaczane z owocem BM BG ze śmietanką roślinną BM** i musem truskawkowo-porzeczkowym surówka z marchewki i ananasa

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Galaretka wiśniowa z jabłkiem / Wafelek kukurydziany- 2 sztuki

#### PONIEDZIAŁEK 29.04

**Zupa:** Ziemniaczana z porem majerankiem prażonymi pestkami słonecznika i grzankami **bezglutenowymi /9/ BG**

**Drugie danie:** Bogracz z mięsem drobiowym papryką i ziemniakami **kasza gryczana BG** ogórek kiszony

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Pudding jaglany na mleku roślinnym BM** z musem truskawkowym i **płatkami kukurydzianymi BG**  
Banan

#### WTOREK 30.04

**Zupa:** Krupnik tradycyjny z kaszą **jaglaną** na wywarze mięsny z warzywami i natką pietruszki /9/ **BG**

**Drugie danie:** Kotlet schabowy w panierce kukurydzianej **bez glutenu /3/ BG** puree ziemniaczane z koperkiem **z dodatkiem oliwy z oliwek BM** surówka z kiszonej kapusty jabłko i marchewki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Ciasto bezglutenowe z owocami i kruszonką /3/ BG BM**

#### 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 –  
Gorzycza i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne  
12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki