

Zespół szkolno - przedszkolny nr 16 – ul. Wietrzna 50
Jadłospis dla diety bezmleczno bezglutenowej 18.06 – 22.06



RETTMAN

| DZIEŃ | ZUPA | II DANIE | PODWIECZOREK |
|-------------------------------------|--|--|---|
| PONIEDZIAŁEK 18.06 | Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki n/zb n/zg (seler) 300ml | Gulasz wieprzowo wołowy n/zb n/zg (seler) 150g, kasza gryczana 150g, surówka z białej kapusty z marchewką 80g, Lemoniada 200ml | Wafel ryżowy z miodem 1szt., |
| WTOREK 19.06 | Zupa z kalarepki z ziemniakami z zieloną natką pietruszki n/zb n/zg (seler) 300ml | Duszona bitka drobiowa saute 80g, młode ziemniaki z koperkiem 150g, letni zielnik n/zb 80g, Kompot z mirabelek 200ml | Mus z owoców sezonowych 150g |
| ŚRODA 20.06 | Barszcz czerwony z ziemniakami z zieloną natką pietruszki n/zb n/zg (seler) 300ml | Rybka saute 80g, młode ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z marchewki 80g, Kompot z moreli 200ml | Kisiel owocowy 150g |
| CZWARTEK 21.06 | Zupa marchewkowa z ziemniakami i natką pietruszki n/zb n/zg (seler) 300ml | Swojski kociołek na bogato n/zb n/zg (seler) 150g, ryż na rytko 150g, surówka z ogórków 80g, Lemoniada truskawkowa 200ml | Salatka owocowa 150g, |
| PIĄTEK 22.06 | Krem z kalafiora z ziarnem słonecznika i natką pietruszki n/zb n/zg (seler) 300ml | Naleśniki na wodzie z mąki kukurydzianej z dżemem 2szt., Kompot wiśniowy 200ml | Ciasteczka bezmleczno bezglutenowe 2szt., |

W jadłospisie pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011