

SMACZNEGO - ESSENZA PARTY CENTER II TYDZIEŃ

05.08.2024 - 09.08.2024

Dzień tygodnia	Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek
PONIEDZIAŁEK	<ul style="list-style-type: none"> ● CHLEBEK GWAREK Z MASEŁKIEM ● SER ŻÓŁTY Z PLASTRAMI OGÓRKA ZIELONEGO/PAPRYKA ● HERBATA ZWYKŁA <p style="text-align: center;">Alergeny: 1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● BUDYŃ Z SOKIEM <p style="text-align: center;">ALERGENY:2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ZUPA KRUPNIK ● KURCZAK W BIAŁYM SOSIE ● RYŻ ● SAŁATKA Z BROKUŁA ● WODA <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● OWOC/KRAKERSY <p style="text-align: center;">Alergeny:</p>
WTOREK	<ul style="list-style-type: none"> ● CHLEBEK CHELIOS Z MASEŁKIEM ● SZYNECZKA WIEPRZOWA/POMIDOR ● HERBATA RUMIANKOWA <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● KASZA JAGLANA NA MLEKU <p style="text-align: center;">Alergeny:2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM ● PLACKI Z KURCZAKA I CUKINII ● ZIEMNIAKI ● MIX SAŁAT ● KOPMOT <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● PAIUSZKI CYNAMONOWE/OWOC <p style="text-align: center;">Alergeny:1</p>
ŚRODA	<ul style="list-style-type: none"> ● BUŁKA PSZENNA Z MASEŁKIEM ● JAJECZNICA ZE SZCZYPIORKIEM ● HERBATA OWOCOWA/KAKAO <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● OWOC <p style="text-align: center;">Alergeny:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ZUPA JARZYNOWA ● PIECZEŃ RZYMSKA Z SOSEM PIECZENIOWYM ● KASZA BULGUR ● SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY ● WODA <p style="text-align: center;">Alergeny: 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● BUŁECZKA MLECZNA <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2,3</p>
CZWARTEK	<ul style="list-style-type: none"> ● CHLEBEK BALTONOWSKI Z MASEŁKIEM ● PASTA WARZYWNA Z CIECIERZYCĄ/RUKOŁA ● HERBATA LIPOWA <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <p style="text-align: center;">ALERGENY:2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ZUPA FASOŁOWA ● PIEROGI LENIWE Z MASEŁKIEM I BUŁKĄ TARTĄ ● SURÓWKA Z MARCHEWKI ● KOPMOT <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● OWOC <p style="text-align: center;">Alergeny:</p>
PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none"> ● BUŁECZKA KAJZERKA Z MASEŁKIEM ● TWAROŻEK Z RZODKIEWKĄ/SZCZYPIORKIEM I KURKUMĄ ● HERBATA ZWYKŁA <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2,3</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● KISIEL OWOCOWY <p style="text-align: center;">ALERGENY:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● ZUPA KALAFIOROWA Z KASZĄ MANNĄ ● RYBA W CIEŚCIE ● ZIEMNIAKI ● SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ ● WODA <p style="text-align: center;">Alergeny: 1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● CIASTO BANANOWE W/W <p style="text-align: center;">Alergeny:1,2,3</p>

WYSTĘPUJĄCE ALERGENY : 1-ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN (PSZENICA), 2-MLEKO I PRODUKTY MLECZNE, 3-JAJKO I PRODUKTY MLECZNE, 4-RYBA I PRODUKTY POCHODNE, 5- NASIONA SEZAMU I PRODUKTY POCHODNE, 6-GORCZYCA I PRODUKTY POCHODNE (MUSZTARDA) I PRODUKTY POCHODNE, 7-ORZECHY, 8-SELER I PRODUKTY POCHODNE, 9-SOJA I PRODUKTY POCHODNE,

W PRZYGOTOWYWANIU DIET : DO ZAGĘSZCZENIA ZUP I SOSÓW UŻYWAMY MĄKI KUKURYDZIANEJ LUB MIESZANKI BEZGLUTENOWEJ FIRMY SCHAR, DLA DIETY BEZGLUTENOWEJ PODAJEMY PIECZYWO
BEZGLUTENOWE ORAZ MAKARONY KTÓRE NIE ZAWIERAJĄ W SWOIM SKŁADZIE JAJ I GLUTENU, DLA DIETY BEZMLECZNEJ, MLEKO ROŚLINNE.
SPORTINA PORADNIA DIETETYCZNA JULIA WIĘCŁAW