

JADŁOSPIS
(dieta bezglutenowa, bezmleczna)
23.03.2026 – 03.04.2026

Poniedziałek 23.03.2026:

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, wędlina bezglutenowa, szczypiorek, herbata owocowa (malinowa, truskawkowa lub z dzikiej róży, każdego dnia w zależności od dostępności)

Obiad: Rosół z makaronem bezglutenowym (*SEL, GOR), pieczone na parze eskalopki z piersi z kuczaka z mango w sosie warzywnym (*SEL, GOR), ryż paraboliczny, gotowany kalafior

kompot owocowy (wielooowocowy lub truskawkowy/z samych owoców/ każdego dnia w zależności od dostępności)

Podwieczorek: Placuszki dyniowe bezglutenowe, porcja owocu, kompot owocowy

Wtorek 24.03.2026:

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe z masłem roślinnym, wędlina bezglutenowa, pomidor, herbata owocowa

Obiad: Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną(*SEL, GOR), gotowany pulpet z indyka, kasza jaglana, gotowana fasolka szparagowa, woda z cytryną

Podwieczorek: Ciasto bezglutenowe, porcja owocu, woda z cytryną

Środa 25.03.2026:

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, papryka, parówka bezglutenowa, ketchup, herbata owocowa

Obiad: Zupa z zielonego groszku(*SEL, GOR), naleśnik bezglutenowy z mięsem(#), kompot owocowy

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, wędlina bezglutenowa, szczypiorek, kompot owocowy

Czwartek 26.03.2026:

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, wędlina bezglutenowa, sałata, herbata owocowa

Obiad: Zupa krem z warzyw(*SEL, GOR), gotowany gulasz ze schabu, kasza gryczana, gotowana marchewka, woda z pomarańczami

Podwieczorek: Pancake bezglutenowy, porcja owocu, woda z pomarańczami

Piątek 27.03.2026:

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, wędlina bezglutenowa, rzodkiewka, herbata owocowa

Obiad: Barszcz czerwony(*SEL, GOR), pieczony na parze fileć rybny, ziemniaki, gotowane brokuły, kompot owocowy

Podwieczorek: Bułeczka bezglutenowa, porcja owocu, kompot owocowy

Poniedziałek 30.03.2026:

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, wędlina bezglutenowa, sałata, herbata owocowa

Obiad: Zupa warzywna z kaszą jaglaną(*SEL, GOR), potrawka z indyka, kasza jaglana, gotowana fasolka szparagowa, kompot owocowy

Podwieczorek: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, wędlina bezglutenowa, papryka, kompot owocowy

Wtorek 31.03.2026:

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe z masłem roślinnym, wędlina bezglutenowa, pomidor, herbata owocowa

Obiad: Zupa kalafiorowa(*SEL, GOR), makaron bezglutenowy z mięsem wieprzowym, woda z cytryną

Podwieczorek: Ciasto bezglutenowe, porcja owocu, woda z cytryną

Środa 01.04.2026:

Śniadanie: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, wędlina bezglutenowa, papryka, herbata owocowa

Obiad: Zupa jarzynowa(*SEL, GOR), gotowana gałka z indyka, kasza jaglana, brokuł gotowany, kompot owocowy

Podwieczorek: Bezglutenowa kielbaska z szynki z wody, pieczywo bezglutenowe, kompot owocowy