

30/3.09 FAIR PLAY	TYDZIEŃ POMIDORA				
	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIATEK
ŚNIADANIA	Płatki kukurydziane na mleku, A:7	Chleb żytni, A:1	Chleb graham, A:1	Owsianka kokosowa na mleku, A:1,7	Chleb z siemieniem lnianym, A:1,11
	Chleb z otrębami, A:1	Pomidorowy twarożek z ziołami prowansalskimi, A:7	Jajecznica z pomidorami, A:3	Chleb sitkowy, A:1	Pasta z czerwonej fasoli z czarnuszką, A:11
	Szynka drobiowa, A:0	-	Ser żółty Gouda, A:7	Szynka z indyka, A:0	Szynka drobiowa, A:0
	Masło, A:7	Masło, A:7	Masło, A:7	Masło, A:7	Masło, A:7
	Warzywo, A:0	Warzywo, A:0	Warzywo, A:0	Warzywo, A:0	Warzywo, A:0
Herbata owocowa, A:0	Kakao naturalne na mleku, A:7	Kawa zbożowa z cynamonem, A:7	Herbata owocowa, A:0	Bawarka z mlekiem krowim, A:7	
WEGETARIAŃSKA	Hummus z suszonymi pomidorami, A:11	Pomidorowy twarożek z ziołami prowansalskimi, A:7	-	Pasta z soczewicy z cebulką i liściem laurowym, A:11	Pasta z czerwonej fasoli z czarnuszką, A:11 Ser żółty, A:7
BEZMLECZNE	Mleko roślinne, A:0	Mleko roślinne, A:0 Szynka wiejska, A:0	Mleko roślinne, A:0 Szynka drobiowa, A:0	Mleko roślinne, A:0	Mleko roślinne, A:0
ZUPA	Fasolowa z majerankiem i ziemniakami, A:9	Marokańska zupa z czerwoną soczewicą, imbirem i pomidorami, A:9	Delikatny żurek z ziemniakami i chrzanem, A:1,7,9	Pomidorowa na bulionie warzywnym z drobnym makaronem, A:1,7,9	Krupnik z kaszą perlową z tartymi jarzynami, A:1,9
WEGETARIAŃSKA	-	-	-	-	-
BEZMLECZNE	-	-	Delikatny żurek z ziemniakami i chrzanem, A:1,9	Pomidorowa na bulionie warzywnym z drobnym makaronem, A:1,9	-
II DANIE	Owocowa polewa z greckiego jogurtu, A:7	Smażony kotlet mielony z indyka, A:1,3,	Sos bolognese z mięsem mielonym z pomidorami i oregano, A:0	Pieczone pałki z kurczaka w passacie pomidorowej ze słodką papryką, A:0	Ziemniaczane kopytka, A:1,3
	Ryż jaśminowy, A:0	Tłuczone ziemniaki, A:0	Makaron spaghetti pszenno razowy, A:1	Kasza kus kus, A:1	Hiszpański sos tomete frito, A:0
	Wielowarzywna surówka z prażonymi ziarnami, A:9,11	Jarzyńka z marchewki na zimno, A:0	Słupki kiszzonego ogórka, A:0	Surówka z białej kapusty z koperkiem, A:0	Warzywa z pary z oliwą oliwek, A:0
WEGETARIAŃSKA	-	Smażone kotleciki wegańskie, A:1,6	Sos neapoli z fasolkami, A:0	Pieczone kotleciki soczewicowe z cukinią w sosie pomidorowym, A:0	-
BEZMLECZNE	Owocowy mus, A:0	-	-	-	-
PODWIECZOREK I	Chleb żytni, A:1	Chałka z masłem, A:7	Wafle razowe, A:1	Kostka domowej foccaci z pomidorami i ziołami prowansalskimi, A:1	Gęsty kisiel owocowy, A:0
	Pasta jajeczna z koperkiem, A:3	Słupki marchewki, A:0	Serek naturalny homogenizowany, A:7	Jogurt do picia, A:7	Domowe ciasteczka otrębowe, A:1
	Masło, A:7		Salatka z kolorowych pomidorków z oliwą z oliwek i drobnym szczypiorkiem, A:11		
	Pomidorki, A:0				
WEGETARIAŃSKA	-	-	-	-	-
BEZMLECZNE	Masło roślinne, A:0	Masło roślinne, A:0	Domowy serek jaglany, A:0	Kokosowy mus, A:0	-

Alergeny

PODANE CYFRY OZNACZAJĄ ALERGENY

Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady UE w sprawie przekazania konsumentom informacji na temat żywności.

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji:

1 - zboża zawierające gluten2 - skorupiaki i produkty pochodne3 - jaja i produkty pochodne4 - ryby i produkty pochodne5 - orzeszki ziemne / arachidowe/6 - soja i i produkty pochodne7 - mleko i produkty pochodne8 - orzechy9 - seler i produkty pochodne10 - gorczyca i produkty pochodne11 - nasiona sezamu i produkty pochodne12 - dwutlenek siarki13 - łubin14 - mięczaki

Wysłane menu do Państwa placówek to autorski program żywieniowy firmy cateringowej PehnyBrzuszek, prowadzonej przez Agatę Gwiazdowską i Ewę Gawrońską