



Naturalnie, zdrowo
dla dzieci

MENU BMJ 22-26.04.2024r

	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Chleb baltazar (gluten: pszenica, sezam), oliwa, pasta z białej fasoli, plasterki ogórka zielonego, cząstki banana, herbata rooibos,	Zupa ziemniaczano-porowa z natką pietruszki	Makaron świderki (gluten: pszenica durum) z sosem pomidorowym z pieczonym bakłażanem i cukinią i papryką, woda z melisą	Grahamka z prażonymi jabłkami (gluten: mąka pszenna)
WTOREK	Chleb graham (gluten: pszenica), oliwa, plasterki szynki drobiowej, plasterki rzodkiewki, cząstki jabłka, herbata dzika róża	Krem z marchewki z kardamonem z grzankami razowymi (gluten: pszenica)	Pieczeń rzymska w sosie własnym (gluten: pszenica), kasza orkiszowa (gluten: pszenica), surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i koperkiem, kompot gruszkowo-żurawinowy	Domowy kisiel truskawkowy, chrupki kukurydziane
ŚRODA	Jaglanka na mleku owsianym bezglutenowym z jabłkiem i daktylami, chleb żytni ze słonecznikiem (gluten: żyto), oliwa, plasterki schabu pieczonego, słupki marchewki, herbata aronia z maliną	Zupa pomidorowa z makaronem (gluten: pszenica durum)	Ryż w sosie słodko kwaśnym z białą fasolką, surówka z parzonej czerwonej kapusty z jabłkiem, woda z pomarańczą	Domowe ciastka z mąki gryczanej z babką płesznik i żurawiną
CZWARTEK	Chleb wieloziarnisty (gluten: pszenica, żyto), oliwa, plasterki sera wegańskiego, liść sałaty, cząstki gruszki, herbata melisa	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem, ziemniakami i koperkiem	Udka z kurczaka, ziemniaki gotowane, surówka z kiszzonej kapusty z marchewką i koperkiem, kompot jabłkowy	Koktajl bananowo kakaowy na mleku owsianym bezglutenowym, wafle ryżowe
PIĄTEK	Jaglanka na mleku owsianym bezglutenowym z wiśniami, chleb razowy (gluten: pszenica, żyto), oliwa, pasta z soczewicy i pomidorów suszonych, rzodkiewka, szczypiorek, herbata prosto z lasu	Krem z buraków pieczonych z chrzanem	Pulpeciki rybne z dorsza (ryby, gluten: pszenica), kasza bulgur (gluten: pszenica), surówka z białej kapusty z rzepą, marchewką i koperkiem, woda z miętą	Słupki warzyw (papryka, ogórek, marchew), hummus (sezam)