**22-26.06.2020**

***SZKOŁA OBIAD OD 11.30 DO 13.30 – DIETY***

**PONIEDZIAŁEK**

**Dieta I (laktoza, białko mleka krowiego):**

Barszcz biały (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, zakwas)

Pierogi z mięsem, surówka z młodej kapusty z rzodkiewką i ogórkiem

***Alergeny: gluten, jajko***

**Dieta II (bezglutenowa):**

Zupa marchewkowa (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, marchew)

Pierogi z mięsem, surówka z młodej kapusty z rzodkiewką i ogórkiem

***Alergeny: jajko***

***Dieta III (wege):***pierogi z twarogiem i szpinakiem

**WTOREK**:

**Dieta I (laktoza, białko mleka krowiego):**

Zupa kalafiorowa (wywar drobiowy, marchew, por, pietruszka korzeń, kalafior,

ziemniaki, natka)

Gulasz z szynki, kasza gryczana, surówka z marchewki i jabłka

***Alergeny: gluten***

**Dieta II (bezglutenowa):**

Zupa kalafiorowa (wywar drobiowy, marchew, por, pietruszka korzeń, kalafior,

ziemniaki, natka)

Gulasz z szynki, kasza gryczana, surówka z marchewki i jabłka

***Alergeny: -***

***Dieta III (wege):***gulasz jarski z cieciorką

**ŚRODA:**

**Dieta I (laktoza, białko mleka krowiego):**

Rosół (wywar drobiowy, pietruszka, por, marchew, makaron nitki, natka)

Nugetsy z kurczaka, ziemniaki z koperkiem, mizeria

***Alergeny: gluten, jajko***

**Dieta II (bezglutenowa):**

Rosół (wywar drobiowy, pietruszka, por, marchew, makaron nitki, natka)

Nugetsy z kurczaka, ziemniaki z koperkiem, mizeria

***Alergeny: jajko, mleko krowie***

***Dieta III (wege):*** tofu w panierce

**CZWARTEK:**

**Dieta I (laktoza, białko mleka krowiego)**

Zupa jarzynowa (wywar drobiowy, kalafior, brokuł, marchew, fasolka, ziemniaki)

Bitka ze schabu, kasza bulgur, buraczki

***Alergeny: gluten***

**Dieta II (bezglutenowa):**

Zupa jarzynowa (wywar drobiowy, kalafior, brokuł, marchew, fasolka, ziemniaki)

Bitka ze schabu, kasza jaglana, buraczki

***Alergeny: -***

***Dieta III (wege):*** kotlet z cieciorki z tartymi jarzynami

**PIĄTEK:**

**Dieta I (laktoza, białko mleka krowiego):**

Zupa pomidorowa (wywar drobiowy, włoszczyzna, pomidory pelati, ryż basmati, natka)

Pulpety z mintaja w sosie koperkowym, ziemniaki, ogórek kiszony

***Alergeny: gluten, ryba, jajko, pomidor***

**Dieta II (bezglutenowa):**

Zupa pomidorowa (wywar drobiowy, włoszczyzna, pomidory pelati, ryż basmati, natka)

Pulpety z mintaja w sosie koperkowym, ziemniaki, ogórek kiszony

***Alergeny: ryba, jajko, pomidor***