DIETA BEZGLUTENOWO-BEZMLECZNA TYDZIEŃ I 31.05.2021- 04.06.2021

KANZEON
WROCŁAWSKI CATERING

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	**Boże Ciało**		Herbata owocowa	200ml
	Pieczywo bezglutenowe	50g	**Dzień bułki** Bułka bezglutenowa	1szt	Pieczywo bezglutenowe	50g			Pieczywo bezglutenowe	50g
	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g			Masło roślinne	10g
	Wędlina bezglutenowa	20g	Pasta jajeczna z koperkiem bez majonezu **(3)**	25g	Wędlina bezglutenowa	30g			Pasta rybna z jajkiem i koperkiem bez majonezu **(3,4)**	20g
	Humus	20g	Wędlina bezglutenowa	20g	Sałata	5g			Wędlina bezglutenowa	20g
	Pomidor	30g	Rzodkiewka	10g	Papryka	20g			Ogórek zielony	20g
									Rukola	3g
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g			Owoc sezonowy	1szt/ 100g
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem **(9)**	250ml	Włoska zupa pomidorowa z papryką, makaronem bezglutenowym i natką pietruszki **[9]**	250ml	Kapuśniak z młodej kapusty z kminkiem **(9)**	250ml			Barszcz czerwony z koperkiem **(9)**	250ml
	Szynka w sosie pietruszkowym bez zabielania, bez glutenu (kawałki) **(9)**	130g	Filet z kurczaka saute	80g	Pulpecik z mięsa mieszanego bez bułki w sosie pieczarkowym bez glutenu **(3)**	80g/ 50g			Makaron bezglutenowy z musem owocowym **(3)**	220g/50g
	Kasza gryczana bezglutenowa z soczewicą	130g	Ziemniaki z koperkiem	130g	Kasza jaglana bezglutenowa	130g				
	Surówka coleslaw bez majonezu	80g	Mizeria z sosem vinegrette	80g	**Nowość** Surówka z ogórka kiszonego, zielonego groszku i jabłka **(10)**	80g			Surówka z marchewki z jabłkiem	40g
PODWIECZOREK	Mus owocowy + pestki słonecznika	150g/10g	Ciasto drożdżowe z owocami z Torcikowej Chatki bezglutenowe **(3)**	50g	Mus owocowy	150g			Pieczywo lekkie bezglutenowe z masłem orzechowym **[8]**	3szt./30g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochode, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Joanna Mrozińska
Technolog żywności
Specjalista do spraw żywienia
Dietetyk
Joanna Mrozińska

DIETA BEZGLUTENOWO-BEZMLECZNA TYDZIEŃ II 7.06.2021- 11.06.2021

KANZEON
WROCŁAWSKI CATERING

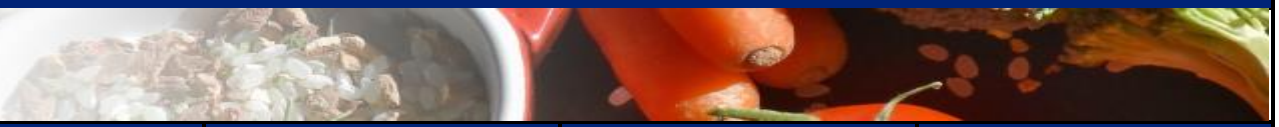
	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml
	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g
	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g
	Wędlina bezglutenowa	20g	Wędlina bezglutenowa	30g	Parówki drobiowe 93% mięsa bezglutenowe **[6,10]**	70-80g	Wędlina bezglutenowa	30g	Pasta jajeczna z koperkiem bez majonezu **[3]**	25g
	Pasta z ciecierzycy	20g	Papryka	20g	Pasta z czerwonej soczewicy	20g	Sałata	5g	Wędlina bezglutenowa	20g
	Pomidor	30g	Sałata	5g	Ogórek małosolny **(10)**	20g	Pomidor	20g	Ogórek zielony	30g
									Rzodkiewka	10g
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g
OBIAD	Zupa krem z zielonego groszku z dodatkiem gałki muszkatołowej z ziarnami słonecznika i koperkiem **[9]**	250ml	Zupa zalewajka z ziemniakami i natką pietruszki **[9]**	250ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej bezglutenowej z dodatkiem natki pietruszki **(9)**	250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym z lubczykiem i natką pietruszki **(3,9)**	250ml	**Nowość** Zupa z ciecierzycy z cukinią i natką pietruszki **[9]**	250ml
	Makaron bezglutenowy z sosem bolognese z mięsem z indyka bezglutenowym	150g/ 130g	Udko pieczone z ziołami	80g	Gołąbki z mięsa mieszanego z ryżem bezglutenowym bez zawijania w sosie pomidorowym bez glutenu, bez zabielania	100g/100g	Filet rybny saute **(4)**	80g	Różowe naleśniki z jabłkiem prażonym na wodzie, z mąki bezglutenowej **(3)**	2szt.
			Kasza jaglana bezglutenowa	130g	Ziemniaki z koperkiem	130g	Ziemniaki z koperkiem	130g	Mus owocowy	50g
	Mix sałat z ogórkiem i papryką z sosem vinegrette	40g	Marchewka z groszkiem bez zabielania	80g	Buraczki z cebulką	80g	Surówka z kiszonej kapusty, jabłka, kminku	80g	Surówka z selera i rodzynek **(9,12)**	40g
PODWIECZOREK	Mus owocowy z wiórkami kokosa **(8)**	150g	Budyń bezglutenowy z kakao bezglutenowym	150g	Bułka bezglutenowa z miodem	1szt./10g	Mus owocowy z miodem	150g	Bułka bezglutenowa z pastą brokułową z jajkiem bez majonezu **(3)**	1szt/ 30g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Joanna Mrozińska
Technolog żywności
Specjalista do spraw żywienia
Dietetyk
Joanna Mrozińska

DIETA BEZGLUTENOWO-BEZMLECZNA TYDZIEŃ III 14.06.2021- 18.06.2021

KANZEON
WROCŁAWSKI CATERING



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml
	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Bułka bezglutenowa	1szt	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g
	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g
	Humus	20g	Wędlina bezglutenowa	30g	Sałatka jajeczna z koperkiem bez jogurtu **(3)**	25g	Wędlina bezglutenowa	20g	Wędlina bezglutenowa	20g
	Wędlina bezglutenowa	20g	Rukola	3g	Pasta z białej fasoli	25g	Rzodkiewka	10g	Dżem owocowy niskosłodzony	20g
	Pomidor	30g	Papryka	20g	Sałata	5g	Roszponka	3g	Pomidor	20g
					Ogórek małosolny **(10)**	20g			Ogórek zielony	20g
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Sok owocowy (tłoczony)	150g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g
OBIAD	Żurek z ziemniakami i natką pietruszki bezglutenowy **(9)**	250ml	Kremowa zupa ze świeżych pomidorów z ryżem bezglutenowym i koperkiem **(9)**	250ml	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z natką pietruszki **(9)**	250ml	Botwinka z koperkiem **(9)**	250ml	Zupa grysikowa z kaszą jaglaną bezglutenową i natką pietruszki **[9]**	250ml
	Indyk z curry i kukurydzą bez glutenu **(9)**	130g	Kotlecik schabowy saute	80g	Pulpeciki z mięsem drobiowym i soczewicą czerwoną bez bułki w sosie koperkowym bez glutenu, bez zabielania **(3)**	80g/50g	Pierogi z owocami z mąki bezglutenowej (wyrób własny) **[3]**	7szt.	Filet rybny saute **(4)**	80g
	Makaron bezglutenowy	130g	Ziemniaki z koperkiem	130g	Kasza gryczana begzlutenowa	130g	Mus owocowy	50g	Ziemniaki z koperkiem	130g
	Surówka z młodej kapusty z kukurydzą i natką pietruszki	40g	Surówka z ogórka małosolnego i cebulki **(10)**	80g	Letni zielnik (sałata, rzodkiewka, szczypiorek, koperek) z sosem vinegrette	40g	Surówka z marchewki z ananasem	40g	Surówka z kiszonej kapusty z marchewką i majerankiem	80g
PODWIECZOREK	Mus owocowy	150g	Bułka bezglutenowa z miodem	1szt./10g	Galaretka owocowa bezglutenowa	150g	Bułka bezglutenowa z paprykarzem wegańskim z ryżem bezglutenowym (wyrób własny) **(3)**	50g/30g	Kisiel owocowy do picia + chrupki kukurydziane bezglutenowe	150g/5g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochode, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Joanna Mrozińska
Technolog żywności
Specjalista do spraw żywienia
Dietetyk
Joanna Mrozińska

DIETA BEZGLUTENOWO-BEZMLECZNA TYDZIEŃ IV 21.06.2021- 25.06.2021

KANZEON
WROCŁAWSKI CATERING

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml
	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Bułka bezglutenowa	1szt
	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g
	Wędlina bezglutenowa	20g	Wędlina bezglutenowa	30g	Wędlina bezglutenowa	20g	Wędlina bezglutenowa	30g	Pasta jajeczna z pieczarkami bez majonezu **(3)**	20g
	Pasta z czerwonej fasoli	20g	Sałata	5g	Pasta z tuńczyka, jajka ze szczypiorkiem bez majonezu **(3,4)**	25g	Rzodkiewka	10g	Powidła śliwkowe	20g
	Ogórek małosolny **(10)**	10g	Papryka	20g	Rzodkiewka	10g	Pomidor	20g	Ogórek zielony	20g
	Pomidor	20g							Roszponka	3g
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Sok owocowy (tłoczony)	150g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g
OBIAD	Zupa ziemniaczana z porem i koperkiem **[9]**	250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym z lubczykiem i natką pietruszki **(9)**	250ml	Zupa krem marchewkowy z ziarnami słonecznika **(9)**	250ml	Zupa brokułowa z makaronem bezglutenowym z natką pietruszki **[9]**	250ml	Zupa ogórkowa z natką pietruszki **[9,10]**	250ml
	Nowość Gulasz wegetariański paprykowy z warzywami i ciecierzycą bezglutenowy	130g	Domowy kotlecik mielony wieprzowy bez bułki **(3)**	80g	Filecik z kurczaka saute w sosie ziołowym bez zabielania, bez glutenu	70g/50 g	Filet rybny saute	80g	Naleśniki z jabłkiem prażonym na wodzie, z mąki bezglutenowej **(3)**	2szt.
	Kasza jaglana bezglutenowa	130g	Ziemniaki z koperkiem	130g	Ryż bezglutenowy	130g	Ziemniaki z koperkiem	130g	Mus owocowy	50g
	Surówka z selera, jabłka i pora bez jogurtu **(9)**	40g	Surówka z młodej kapusty z koperkiem	80g	Mix sałat z papryką z vinegrette	40g	Surówka z kiszonej kapusty i marchewki z natką pietruszki **(10)**	80g	Surówka z marchwi i brzoskwini	40g
PODWIECZOREK	Snacki kukurydziane z dipem warzywnym bezglutenowe	15g/ 15g	Smoothie na mleku z kaszą jaglaną bezglutenową i truskawkami	150g	Kisiel owocowy do picia + chrupki kukurydziane bezglutenowe	150g/ 5g	Mus owocowy z orzechami **(8)**	150g/1 0g	Bułka bezglutenowa z miodem **(3)**	1szt./1 0g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.Jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Joanna Mrozińska
Technolog żywności
Specjalista do spraw żywienia
Dietetyk
Joanna Mrozińska

DIETA BEZGLUTENOWO-BEZMLECZNA TYDZIEŃ V 28.06.2021- 02.07.2021

KANZEON
WROCŁAWSKI CATERING

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml	Herbata owocowa	200ml
	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g	Pieczywo bezglutenowe	50g
	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g	Masło roślinne	10g
	Wędlina bezglutenowa	30g	Wędlina bezglutenowa	30g	Wędlina bezglutenowa	20g	Wędlina bezglutenowa	30g	Pasta marchewkowa	20g
	Pasta z zielonego groszku	20g	Rukola	5g	Dżem owocowy niskosłodzony	25g	Sałata	5g	Wędlina bezglutenowa	20g
	Pomidor	30g	Papryka	20g	Ogórek zielony	20g	Pomidor	20g	Ogórek zielony	20g
					Rzodkiewka	10g				
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g	Owoc sezonowy	1szt/ 100g
OBIAD	Zupa jarzynowa z ziemniaczkami i koperkiem **(9)**	250ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej bezglutenowej z natką pietruszki **(9)**	250ml	Zupa pomidorowa z soczewicą **(9)**	250ml	Zupa kalafiorowa z koperkiem **(9)**	250ml	Zupa ryżowa z ryżu bezglutenowego z koperkiem **(9)**	250ml
	Potrawka drobiowa w sosie z warzywami bez glutenu, bez zabielania	130g	Pulpeciki wieprzowo-drobiowe bez bułki w sosie pietruszkowym bez glutenu, bez zabielania **(3)**	80g/50g	Pierogi z ziemniakami okraszone cebulką z mąki bezglutenowej (wyrób własny) **(3)**	7szt	Udko z kurczaka pieczone z ziołami	80g	Filet rybny saute **[4]**	80g
	Ryż bezglutenowy	130g	Makaron bezglutenowy	130g			Ziemniaki z koperkiem	130g	Ziemniaki z koperkiem	130g
	Surówka z włoskiej kapusty z kukurydzą i koperkiem	80g	Marchewka z jabłkiem	80g	Buraczki	40g	Mix sałat z rzodkiewką i ogórkiem zielonym z sosem vinegrette	40g	Surówka colesław bez majonezu	80g
PODWIECZOREK	Mus owocowy + orzechy **(8)**	150g/10g	Pieczywo lekkie bezglutenowe z powidłami śliwkowymi i kakao bezglutenowym (wyrób własny)	2szt./30g	Bułka bezglutenowa z dżemem owocowym niskosłodzonym **[3]**	1szt./30g	Mus owocowy	150g	Bułka bezglutenowa z miodem **[3]**	1szt./10g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochode, 3.Jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Joanna Mrozińska
Technolog żywności
Specjalista do spraw żywienia
Dietetyk
Joanna Mrozińska