

JADŁOSPIS WEGAŃSKI

	ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Chleb żytni / graham (1) Margaryna roślinna Twarożek z tofu (6) Hummus naturalny (11) Ogórek kiszony Herbata z melisy bez cukru	Zupa jarzynowa z soczewicą na wywarze warzywnym (9)	Gulasz warzywny z ciecierzycą (9) Kasza jaglana Marchewka z groszkiem Woda	Jogurt sojowy naturalny (6) Mus jabłkowy Herbatniki (bez jajek i mleka) (1) Pestki dyni
WTOREK	Chleb żytni / graham (1) Margaryna roślinna Pomidorowa pasta z tofu (6) Ogórek zielony Kakao na napoju sojowym (6) Herbata owocowa bez cukru	Krem brokułowy z grzankami na wywarze warzywnym (1,9)	Leczo warzywne z tofu (6) Ziemniaki Woda	Koktajl truskawkowy na napoju sojowym (6) Paluchy kukurydziane Nasiona słonecznika
ŚRODA	Chleb żytni / graham (1) Margaryna roślinna Owsianka na mleku sojowym (1,6) Borówki Pasta z soczewicy Pomidor Herbata z pokrzywy bez cukru	Krem z batata i marchewki na wywarze warzywnym (9)	Spaghetti pełnoziarniste (1) Sos pomidorowy z soczewicą Płatki drożdżowe nieaktywne Woda	Gruszka Wafle kukurydziane Pasta z nerkowców (8) Jogurt sojowy naturalny (6)
CZWARTEK	Chleb żytni / graham (1) Margaryna roślinna Pasta z białej fasoli Rzodkiewki Dżem niskosłodzony Kakao na napoju sojowym (6) Herbata żurawinowa bez cukru	Zupa z białej kapusty z ziemniakami na wywarze warzywnym (9)	Naleśniki bez jajek z domieszką mąki pełnoziarnistej na napoju roślinnym (1,6) Twarożek z tofu (6) Mus truskawkowy Woda	Salatka jarzynowa na jogurcie roślinnym bez jajka (6,9,10) Bułka mini (1)

Liczbą oznaczono alergeny: (1) Zboża zawierające GLUTEN; (2) SKORUPIAKI i produkty pochodne; (3) JAJA i produkty pochodne; (4) RYBY i produkty pochodne; (5) ORZESZKI ZIEMNE (arachidowe) i produkty pochodne; (6) SOJA i produkty pochodne; (7) MLEKO i produkty pochodne (łącznie z laktozą); (8) ORZECHY (9) SELER i produkty pochodne; (10) GORCZYCA i produkty pochodne; (11) NASIONA SEZAMU i produkty pochodne; (12) DWUTLENEK SIARKI i siarczyny; (13) ŁUBIN i produkty pochodne; (14) MIĘCZAKI i produkty pochodne