

**JADŁOSPIS 2 - 5.11.2021 r.**  
**DIETY bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Wtorek 2.11.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata	1,3	Zupa - napój owsiany, makaron (mąka <b>pszenna</b> , jaja) Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól,) masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata czarna, cukier  Zupa - napój owsiany, makaron (ryż) Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata czarna, cukier
	Obiad	Zupa krem z marchewki, pieczywo Makaron w sosie carbonara Ogórek kiszony kompot z czerwonej porzeczki	1,6,9,10	Zupa - marchew, ziemniaki, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, dynia, czosnek, imbir, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek, curry Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Carbonara - makaron (mąka <b>pszenna</b> durum), boczek wędzony, <b>szynka</b> softysa, cebula, czosnek, natka pietruszki, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Ogórek kiszony Kompot- czerwona porzeczka, cukier  Zupa - marchew, ziemniaki, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, dynia, czosnek, imbir, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek, curry Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Carbonara- makaron (ryż), boczek wędzony, <b>szynka</b> softysa, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Ogórek kiszony Kompot - czerwona porzeczka, cukier
			6,9,10	Kisiel - truskawki, mąka ziemniaczana, cukier Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, miód  Kisiel - truskawki, mąka ziemniaczana, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, miód
Środa 3.11.2021 r.	Śniadanie	Płatki / ryż z żurawiną na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata z cytryną	1	Zupa - napój owsiany, płatki <b>jęczmienne</b> , żurawina Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier, cytryna  Zupa - napój owsiany, ryż, żurawina Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier, cytryna
	Obiad	Rosół domowy z natką pietruszki Kurczak tandori	1,9	Rosół - porcja rosółowa, makaron nitki (mąka <b>pszenna</b> durum), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

		Ziemniaki z koperkiem Marchewka duszona z migdałami Kompot z czarnej porzeczki mandarynka	9	Kurczak tandori - udziec kurczaka, czosnek, sól, pieprz, curry, tymianek, papryka, chili marchewka duszona- marchew, migdały, sól Kompot - czarna porzeczka, cukier mandarynka  Rosół - porcja rosółowa, makaron nitki (ryż), marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kurczak tandori - udziec kurczaka, czosnek, sól, pieprz, curry, tymianek, papryka, chili marchewka duszona- marchew, migdały, sól Kompot - czarna porzeczka, cukier Mandarynka
	Podwieczorek	Talerz owoców Chrupki kukurydziane Woda		Winogron, banan, jabłka Chrupki (kukurydza) Woda
Czwartek 4.11.2021 r.	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku roślinnym bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, szczypiorek, rzodkiewka, ogórek herbata owocowa	1,3  3	Zupa - napój owsiany, płatki jaglane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenka, drożdże, sól), masło roślinne, jaja, rzodkiewka, ogórek, szczypior, czosnek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier  Zupa - napój owsiany, płatki jaglane Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jaja, rzodkiewka, ogórek, szczypior, czosnek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Zrazy mielone w sosie myśliwskim Kasza jęczmienna pęczak/ ryż Surówka z ogórka kiszzonego z papryką Kompot wieloowocowy	1,3,9  3,9	Zupa - porcja rosółowa, ryż, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, koper, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka pszenka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Zrazy - karczek wieprzowy, jaja, bułka wrocławska (mąka pszenka, drożdże, sól), mąka pszenka, pieczarki, papryka, ogórki konserwowe, cebula, czosnek, natka pietruszki, pasta kulinarna (skrobia, demi glace cielece, aromaty (z pszenicą, selerem), olej słonecznikowy, hydrolizat białka pszennego, suszone puree czosnkowe, koncentrat pomidorowy), sól, pieprz, papryka słodka kasza jęczmienna pęczak Surówka - ogórek kiszony, papryka, marchew, jabłka, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz, oregano Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier  Zupa - porcja rosółowa, ryż, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, koper, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Zrazy - karczek wieprzowy, jaja, pieczarki, papryka, ogórki konserwowe, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka ryż Surówka - ogórek kiszony, papryka, marchew, jabłka, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz, oregano Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	koktajl truskawkowy banan		Koktajl - napój ryżowy, truskawki, cukier banan
Piątek 5.11.2021r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym z morelami Bułka z masłem roślinnym, pierś kurczaka, rzodkiewka, ogórek	1	Zupa - napój ryżowy, płatki owsiane, morele Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenka, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, szczypior, rzodkiewka, ogórek

		Herbata owocowa		Herbata owocowa, cukier  Zupa- napój ryżowy, płatki jaglane/ ryżowe, morele Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś z kurczaka, szczypiorek, rzodkiewka, ogórek Herbata owocowa, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa rybna, pieczywo kopytka z bułką tartą Surówka z marchewki i jabłka Kompot śliwkowy	1,3,4,9      3,4,9	Zupa - <b>dorsz</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Kopytka - ziemniaki, <b>jaja</b> , mąka ziemniaczana, mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> Surówka - marchew, jabłka, cytryny Kompot - śliwki, cukier  Zupa - <b>dorsz</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Kopytka - ziemniaki, <b>jaja</b> , mąka ziemniaczana, olej rzepakowy surówka - marchew, jabłka, cytryny kompot - śliwki, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Soczek jabłkowy Chałka/ bułka z masłem roślinnym i dżemem	1,3	Soczek (sok jabłkowy 100% z zagęszczonego soku, witamina C) Chałka ( mąka <b>pszenna</b> , woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy), masło roślinne, dżem niskosłodzony  Soczek (sok jabłkowy 100% z zagęszczonego soku, witamina C) Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem niskosłodzony

Produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zawarte w potrawach: 1- zboża zawierające gluten, 2- skorupiaki, 3- jaja, 4- ryby, 5- orzeszki ziemne, 6- soja, 7- mleko, 8- orzechy, 9- seler, 10- gorczyca, 11- sezam, 12- dwutlenek siarki i siarczyny, 13- łubin, 14- mięczaki

\* jadłospis może ulec zmianie