

**JADŁOSPIS 27.12-31.12.2021r.**  
Dieta **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
<b>Poniedziałek 27.12.2021 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki na mleku roślinnym Tosty z wędliną, pomidor, papryka Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki <b>owsiane</b> Chleb tostowy (mąka <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, papryka, ogórek kiszony Herbata, cukier  Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane/ jaglane Chleb tostowy (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), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, papryka, ogórek kiszony Herbata, cukier
			1,9,10	Zupa - żeberka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, kminek Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Zapiekanka- makaron (mąka <b>pszenna</b> durum), <b>kielbasa</b> podwawelska, papryka, pieczarka, cebula, czosnek, natka pietruszki Kompot - mieszanka owocowa, cukier  Zupa - żeberka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, kminek 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) Zapiekanka - makaron (ryż), <b>kielbasa</b> podwawelska, papryka, pieczarka, cebula, czosnek, natka pietruszki Kompot - mieszanka owocowa, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa ziemniaczana z kminkiem, pieczywo Zapiekanka makaronowa Kompot	9,10	Koktajl - napój ryżowy, truskawki, cukier Kukurydza
	<b>Podwieczorek</b>	koktajl truskawkowy Pałeczki kukurydziane		
<b>Wtorek 28.12.2021 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z makaronem Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek, szczypior Herbata owocowa	1,3	Zupa mleczna - napój owsiany, makaron (mąka <b>pszenna</b> , <b>jajka</b> ) Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka, drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , rzodkiewka, szczypior, ogórek / ogórek kiszony Herbata owocowa, cukier  Zupa mleczna - 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, <b>jajka</b> , rzodkiewka, szczypior, ogórek / ogórek kiszony Herbata owocowa, cukier
			3	
	<b>Obiad</b>	Krupnik jaglany, pieczywo Kotlet mielony Ziemniaki z koperkiem Surówka z białej kapusty Kompot	1,3,9,10	Zupa - porcja rosółowa, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kotlet - łopata wieprzowa, <b>jajka</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , mąka <b>pszenna</b> , cebula, czosnek, sól, pieprz Ziemniaki, koper



Czwartek 30.12.2021 r.	Obiad	Zupa kalafiorowa, pieczywo Spaghetti Kompot	1,3,9	Zupa - porcja kurczaka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz Spaghetti - makaron spaghetti (mąka <b>pszenna</b> durum, <b>jaja</b> ), karkówka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, pomidory pelati, zioła prowansalskie, oregano, bazylia, sól, pieprz Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
			9	Zupa - porcja kurczaka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, sól, pieprz Spaghetti - makaron spaghetti (ryż), karkówka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, pomidory pelati, zioła prowansalskie, oregano, bazylia, sól, pieprz Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Kostka z kaszy Wafle ryżowe		Kostka - napój ryżowy, kasza jagłana, cukier Ryż
Piątek 31.12.2021 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, papryka Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, ryż Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, papryka Herbata owocowa, cukier
				Zupa mleczna - napój owsiany, 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, papryka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami, pieczywo Kopytka/ placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym Kompot wieloowocowy	1,3,9	Barszcz - porcja rosółowa, burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, ocet jabłkowy, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek Kopytka/ placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym- ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>jajka</b> , pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, tymianek Kompot - mieszanka owocowa, cukier
		3,9	Barszcz - porcja rosółowa, burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, ocet jabłkowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek Kopytka/ placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym- ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>jajka</b> , pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek Kompot - mieszanka owocowa, cukier	
Podwieczorek	Bułka z masłem roślinnym i dżemem lemoniada	1	Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka, drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony Lemoniada - cytryny, miód	
			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 lemoniada - cytryny, miód	

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- męczaki

\* jadłospis może ulec zmianie