

JADŁOSPIS 7 - 11.02.2022 r.
Diety **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytyśzczeniem alergenów
Poniedziałek 7.02.2022 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka kukurydziana z masłem roślinnym, pasta paprykowa, ogórek Herbata owocowa	1	Zupa - napój owsiany, ryż Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior Herbata owocowa, cukier Zupa - napój owsiany, ryż Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior Herbata owocowa , cukier
	Obiad	Zupa pieczarkowa, pieczywo Kąski wieprzowe w ciemnym sosie podawane na kapuście z kminkiem Ziemniaki z koperkiem Sok Jabłko	1,9 9	Zupa - porcja kurczaka, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, natka pietruszki, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kąski wieprzowe- policzki wieprzowe, kapusta kiszona, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, pasta kulinarna (skrobia, demi glace cielęce, aromaty (z pszenicą , selerem), olej słonecznikowy, hydrolizat białka pszennego , suszone puree czosnkowe, koncentrat pomidorowy), sól, pieprz, kminek, liść lauowy, ziele angielskie Ziemniaki, koper Sok (zagęszczony sok, woda) Jabłko Zupa -porcja kurczaka, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Kąski wieprzowe- policzki wieprzowe, kapusta kiszona, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, sól, pieprz, kminek, liść lauowy, ziele angielskie Ziemniaki, koper Sok (zagęszczony sok, woda) Jabłko
	Podwieczorek	Budyń czekoladowy Winogrona		Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier, kakao Winogrona
Wtorek 8.02.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka kukurydziana z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek	1,3	Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- 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
	Obiad	Krem z buraka z grzankami Panierowany filet z kurczaka	1,3,9	Zupa - burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, natka pietruszki, seler , cebula, czosnek, ocet jabłkowy, miód, sól, pieprz, cukier

		Ryż z warzywami Surówka z marchewki i pomarańczy Kompot wieloowocowy	3,9	Grzanki - bułka wyborowa (mąka pszenna , drożdże, woda, sól), olej rzepakowy, czosnek, oregano, bazylia Filet kurczaka panierowany - filet kurczaka, jajka , bułka tarta pszenna , mąka pszenna , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ryż z warzywami- ryż, papryka, cebula, czosnek, oliwa, sól, pieprz młotkowany, tymianek, chili Surówka - marchew, jabłko, pomarańcza, cytryna, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa - burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, natka pietruszki, seler , cebula, czosnek, ocet jabłkowy, miód, sól, pieprz, cukier Grzanki - 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), olej rzepakowy, czosnek, oregano, bazylia Filet kurczaka panierowany- filet kurczaka, jajka , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ryż z warzywami- ryż, papryka, cebula, czosnek, oliwa, sól, pieprz młotkowany, tymianek, chili Surówka- marchew, jabłko, pomarańcza, cytryna, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy Wafle ryżowe		Koktajl - napój ryżowy, truskawki, cukier Wafle (ryż)
Środa 9.02.2022 r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku roślinnym z rodzynkami Bułka grahamka z masłem roślinne, pasta warzywna, sałata, pomidor, ogórek Herbata	1	Zupa mleczna - napój ryżowy, płatki owsiane, rodzynki Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, papryka, marchew, ogórek kiszony, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek Herbata, cukier Zupa mleczna - napój ryżowy, płatki owsiane, rodzynki Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, papryka, marchew, ogórek kiszony, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek Herbata, cukier
	Obiad	Zupa kalafiorowa, pieczywo Naleśniki z owocami Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,9 3,9	Zupa - porcja rosółowa, kalafior, ziemniak, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koper, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Naleśniki - jabłka, mąka pszenna , jajka , olej rzepakowy, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, aromaty, stabilizator, emulgator, barwnik), brzoskwinie Kompot - czerwona porzeczka, cukier Zupa - porcja rosółowa, kalafior, ziemniak, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy 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) Naleśniki - jabłka, mąka ryżowa, gryczana, jajka , olej rzepakowy, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, aromaty, stabilizator, emulgator, barwnik), brzoskwinie Kompot - czerwona porzeczka, cukier

	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z cynamonem Soczek	1,3 3	Ciasto - mąka pszenna , masło roślinne, jajka , napój ryżowy, cukier, drożdże, cynamon Soczek (zagęszczony sok, witaminy, tiamina, ryboflawina, niacyna, B6, kwas foliowy, B12, biotyna i kwas pantotenowy) Ciasto - mąka ryżowa, kukurydziana, gryczana, masło roślinne, jajka , napój ryżowy, cukier, drożdże, cynamon Soczek (zagęszczony sok, witaminy, tiamina, ryboflawina, niacyna, B6, kwas foliowy, B12, biotyna i kwas pantotenowy)
Czwartek 10.02.2022 r.	Śniadanie	Kawa zbożowa Bułka orkiszowa z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, papryka, ogórek kiszony, dżem	1	Kawa - napój ryżowy, kawa inka (jęczmień, żyto), cukier Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, papryka, ogórek kiszony, dżem niskosłodzony herbata - herbata czarna, cukier 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, papryka, ogórek kiszony, dżem niskosłodzony
	Obiad	Zupa neapolitańska Gołąbki rzymskie Ziemniaki z koperkiem Surówka z ogórka kiszzonego Kompot wieloowocowy	1,3,9 3,9	Zupa - porcja rosółowa, makaron (mąka pszenna durum), marchew, pietruszka, seler , cebula, sól, pieprz Gołąbki - karczek wieprzowy, kapusta, ryż, jajka , bułka wrocławska (mąka pszenna , drożdże, woda, sól), marchew, pietruszka, natka pietruszki, czosnek, cebula, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, zioła prowansalskie Ziemniaki, koper, surówka - ogórek kiszony, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa - porcja rosółowa, makaron (ryż), marchew, pietruszka, seler , cebula, sól, pieprz Gołąbki - karczek wieprzowy, kapusta, ryż, jajka , marchew, pietruszka, natka pietruszki, czosnek, cebula, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, zioła prowansalskie Ziemniaki, koper, surówka - ogórek kiszony, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Talerz owoców Pałeczki kukurydziane		Talerz owoców - winogrona, banan, jabłko Pałeczki (kukurydza)
Piątek 11.02.2022r.	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku roślinnym Bułka grahamka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, szczypior, rzodkiewka, pomidor Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki jaglane Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, szczypior, ogórek, rzodkiewka, pomidor Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna - 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, polędwica z indyka, szczypior, ogórek, rzodkiewka, pomidor Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryba panierowana z pieca Ziemniaki opiekane Warzywa gotowane na parze Sok	1,3,4,9	Zupa - porcja kurczaka, makaron (mąka pszenna, jajka), marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Ryba- morszczuk, jajka , mąka pszenna , bułka tarta pszenna , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, aromaty, stabilizator, emulgator, barwnik), sól, pieprz Ziemniaki, czosnek, olej rzepakowy, sól, zioła Warzywa - brokuły, fasolka szparagowa, marchew mini, masło roślinne Sok (zagęszczony sok, woda)

			3,4,9	Zupa - porcja kurczaka, makaron (ryż), marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Ryba- morszczuk , jajka , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, aromaty, stabilizator, emulgator, barwnik), sól, pieprz Ziemniaki, czosnek, olej rzepakowy, sól, zioła Warzywa - brokuły, fasolka szparagowa, marchew mini, masło roślinne Sok (zagęszczony sok, woda)
	Podwieczorek	Napój bananowo - malinowy Jabłko		Napój - napój ryżowy, banan, maliny Jabłko

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