

JADŁOSPIS 14-18.02.2022r.
Diety **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytłuszczeniem alergenów
Poniedziałek 14.02.2022 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym Bułka grahamka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, ryż Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor 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, sałata, ogórek, pomidor Herbata owocowa , cukier
	Obiad	Zupa czosnkowa z grzankami makaron pennette w sosie carbonara Sok mandarynka	1,3,6,9,10 6,9,10	Zupa - żeberka, ziemniaki, czosnek, natka pietruszki, szczypiorek, oliwa, sól, pieprz, tymianek Grzanki (mąka pszenna woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy), olej rzepakowy, czosnek, oregano, bazylija Carbonara- makaron (mąka pszenna durum), boczek wędzony, szynka sołtysa, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, tymianek Sok (zagęszczony sok, woda) Mandarynka Zupa - żeberka, ziemniaki, czosnek, natka pietruszki, szczypiorek, oliwa, sól, pieprz, tymianek 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, szynka sołtysa, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Sok (zagęszczony sok, woda) mandarynka
	Podwieczorek	Drożdżówka z jabłkiem/ Ciasto z cynamonem Woda z cytryną	1,3	Drożdżówka (jabłko, mąka pszenna woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy) Cytryna Ciasto- mąka, gryczna, ryżowa, kokosowa, napój ryżowy, drożdże, cynamon Cytryna
Wtorek 15.02.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka kukurydziana z masłem roślinnym, pasta paprykowa, szczypiorek, rzodkiewka, ogórek	1	Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, ogórek, rzodkiewka, szczypiorek, czosnek, oliwa, sól, pieprz, bazylija Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, papryka, ogórek, rzodkiewka, szczypiorek, czosnek, oliwa, sól, pieprz, bazylija
	Obiad	Rosół Kurczak w bułce Ziemniaki z koperkiem Surówka z sałaty lodowej Kompot z czarnej porzeczki jabłko	1,3,9	Zupa - porcja kurczaka, szyja z kaczki, makaron (mąka pszenna durum, jajka), marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Kurczak w bułce - udziec kurczaka, jajka , bułka tarta pszenna , czosnek, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz ziołowy, pieprz naturalny Ziemniaki, koper Surówka - sałata lodowa, ogórek , papryka, rzodkiewka, szczypiorek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól Kompot- czarna porzeczka, cukier Jabłko

			3,9	Zupa - porcja kurczaka, szyja z kaczkę, makaron (ryż), marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, lubczyk Kurczak w bułce- udziec kurczaka, jajka , czosnek, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz ziołowy, pieprz naturalny Ziemniaki, koper Surówka - sałata lodowa, ogórek, papryka, rzodkiewka, szczypiorek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól Kompot- czarna porzeczka, cukier Jabłko
	Podwieczorek	Wafle ryżowe Kisiel truskawkowy		Ryż Kisiel - truskawki, mąka ziemniaczana, cukier
Środa 16.02.2022 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata z cytryną	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata, cytryny, miód Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- 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, cytryny, miód
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Pierogi z mięsem Surówka z kapusty pekińskiej Kompot wieloowocowy Zupa pomidorowa z ryżem Placki ziemniaczane w sosie mięsno - pieczarkowym Surówka z kapusty pekińskiej Kompot wieloowocowy	1,3,9,10 3,9,10	Zupa - porcja rosółowa, koncentrat pomidorowy, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Pierogi - mąka pszenna , jajka , łopatka wieprzowa, boczek wędzony, słonina, olej rzepakowy Surówka - kapusta pekińska, papryka, kukurydza, rzodkiewka, cebula czerwona, czosnek, szczypiorek, natka pietruszki, koper, oliwa, ocet jabłkowy, musztarda , sól, pieprz, cukier, oregano Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa - porcja rosółowa, koncentrat pomidorowy, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Placki w sosie- mąka ziemniaczana, jajka , filet z kurczaka, cebula, pieczarki, papryka, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Surówka - kapusta pekińska, papryka, kukurydza, rzodkiewka, cebula czerwona, czosnek, szczypiorek, natka pietruszki, koper, oliwa, ocet jabłkowy, musztarda , sól, pieprz, cukier, oregano Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Pałeczki kukurydziane Koktajl owocowy		Kukurydza Koktajl- napój ryżowy, truskawki/ maliny, miód
Czwartek 17.02.2022 r.	Śniadanie	Kawa zbożowa/ herbata Bułka grahamka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, ogórek, papryka, pomidor dżem	1	Kawa - napój owsiany, kawa inka (jęczmień , żyto), cukier Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, ogórek, papryka, pomidor dżem niskosłodzony herbata owocowa, cukier 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, ogórek, papryka, pomidor dżem niskosłodzony

	Obiad	Barszcz ukraiński, pieczywo Schab pieczony w sosie chrzanowym Kasza gryczana Surówka z ogórka kiszzonego Kompot wiśniowy	1,9 9	Zupa - żeberka, burak, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, kapusta, cebula, czosnek, natka pietruszki, śliwki suszone, ocet jabłkowy, mąka pszenna , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek chleb (mąka pszenna , żytnia , woda, sól, drożdże) schab w sosie- schab , marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, chrzan, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, papryka słodka, ziele angielskie, majeranek Kasza gryczana Surówka - ogórek kiszony, jabłko, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz, oregano, cukier Kompot - wiśnie, cukier Zupa - żeberka, burak, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, kapusta, cebula, czosnek, natka pietruszki, śliwki suszone, ocet jabłkowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek 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) schab w sosie- schab , marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, chrzan, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, ziele angielskie, majeranek Kasza gryczana Surówka - ogórek kiszony, jabłko, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz, oregano, cukier kompot - wiśnie, cukier
	Podwieczorek	Cebularz Woda z cytryną	1	Cebularz (mąka pszenna , cebula, woda, mak, olej rzepakowy, cukier, woda, sól, drożdże, otręby pszenne) Cytryna Cebularz (mąka gryczana/ kukurydziana/ ryżowa, cebula, woda, olej rzepakowy, cukier, woda, sól, drożdże) Cytryna
Piątek 18.02.2022r.	Śniadanie	Makaron na mleku roślinnym Bułka grahamka z masłem roślinnym, jajko, sałata, ogórek, pomidor Herbata z cytryną	1,3 3	Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka pszenna , jajka) Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, jajko , sałata, ogórek, pomidor Herbata, miód, cytryny 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, jajko , sałata, ogórek, pomidor Herbata, miód, cytryny
	Obiad	Zupa fasolowa, pieczywo Paluszki rybne z dorsza Ziemniaki z koperkiem Surówka z kiszzonej kapusty sok	1,3,4,6,9,10 3,4,6,9,10	Zupa - żeberka, kielbasa podwawelska, boczek wędzony, fasola, ziemniaki marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy chleb (mąka pszenna , żytnia , woda, sól, drożdże) paluszki rybne- dorsz , jajka , mąka pszenna , bułka tarta pszenna , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, aromaty, stabilizator, emulgator, barwnik), sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta kiszona, jabłko, marchew, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz, sól sok (zagęszczony sok, woda) Zupa - żeberka, kielbasa podwawelska, boczek wędzony, fasola, ziemniaki marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, majeranek, 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)

				filety rybne- dorsz, jajka , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, aromaty, stabilizator, emulgator, barwnik), sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta kiszona, jabłko, marchew, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz, sól sok (zagęszczony sok, woda)
	Podwieczorek	Panna cotta		Panna cotta- napój kokosowy/ ryżowy, truskawki, cukier, laska wanilii, żelatyna

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

* jadalność może ulec zmianie