

JADŁOSPIS 21-25.02.2022r.
Diety bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyfuszczeniem alergenów
Poniedziałek 21.02.2022 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka/ polędwica z indyka, pomidor, ogórek, szczypior Herbata z cytryną	1,6,9,10	Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, pomidor, ogórek, szczypior Herbata czarna, miód, cytryny Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana 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, pomidor, ogórek, szczypior Herbata czarna, miód, cytryny
	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką, pieczywo Makaron zapiekany z boczkiem Kompot z czerwonej porzeczki Mandarynka	1,3,9 9	Zupa - porcja kurczaka, brukselka, brokuł, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, koper, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie chleb (mąka pszenna , woda, sól, drożdże) Makaron - makaron świderki (mąka pszenna durum, jajka), boczek wędzony, słonina, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Kompot- czerwona porzeczka, cukier Mandarynka Zupa - porcja kurczaka, brukselka, brokuł, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, koper, sól, pieprz, 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) Makaron - makaron (ryż), boczek wędzony, słonina, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Kompot- czerwona porzeczka, cukier Mandarynka
	Podwieczorek	Banan soczek		Banan Soczek (zagęszczony sok owocowy)
Wtorek 22.02.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka grahamka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, jajko, pomidor, papryka	1,3 3	kakao- napój ryżowy, cukier, kakao Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, jajko , pomidor, papryka 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, pierś z kurczaka, jajko , pomidor, papryka
	Obiad	Bulion mięsny z kluseczkami Gulasz węgierski z szynki w sosie pomidorowym z plackiem ziemniaczanym Surówka z sałaty lodowej Kompot z czarnej porzeczki jabłko	1,9	Zupa- porcja kurczaka, szynka z indyka, makaron (mąka pszenna durum), szponder wołowy, marchew, papryka, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Gulasz- placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, sól), szynka zrazowa, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek, majeranek Surówka- sałata lodowa, ogórek , papryka, rzodkiewka, szczypiorek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól Kompot - czarna porzeczka, cukier Jabłko

			9	<p>Zupa - porcja kurczaka, szyja z indyka, makaron (ryż), szponder wołowy, marchew, papryka, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy</p> <p>Gulasz - placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, sól), szynka zrazowa, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek, majeranek</p> <p>Surówka - sałata lodowa, ogórek, papryka, rzodkiewka, szczypiorek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól</p> <p>Kompot - czarna porzeczka, cukier</p> <p>Jabłko</p>
	Podwieczorek	Budyń śmietankowy Wafle ryżowy	1	<p>Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, cukier</p> <p>Wafle (ryż)</p> <p>Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier</p> <p>Wafle (ryż)</p>
Środa 23.02.2022 r.	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku roślinnym Bułka kukurydziana z masłem roślinnym i dżemem Herbata owocowa	1	<p>Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane (kukurydza, kakao)</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony</p> <p>Herbata, owocowa, cukier</p> <p>Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane (kukurydza, kakao)</p> <p>Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem niskosłodzony</p> <p>Herbata, owocowa, cukier</p>
	Obiad	Zupa ogórkowa, pieczywo Pizza z kurczakiem, kukurydzą i ananasem sok	1,9 9	<p>Zupa- porcja rosółowa, ogórki kiszone, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy</p> <p>chleb (mąka pszenna, woda, sól, drożdże)</p> <p>Pizza- mąka pszenna, drożdże, filec kurczaka, kukurydza, ananas, pomidor pelati, czosnek, oliwa, bazylija, oregano, curry</p> <p>Sok (zagęszczony sok, woda)</p> <p>Zupa - porcja rosółowa, ogórki kiszone, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy</p> <p>Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię (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)</p> <p>Pizza - mąka gryczana/ ryżowa/ kukurydziana, drożdże, filec kurczaka, kukurydza, ananas, pomidor pelati, czosnek, oliwa, bazylija, oregano, curry</p> <p>Sok (zagęszczony sok, woda)</p>
	Podwieczorek	Ryż zapiekany z jabłkiem		Ryż z jabłkiem - ryż, jabłko, napój owsiany, cukier, cukier waniliowy, cynamon
Czwartek 24.02.2022 r.	Śniadanie	Bułka z masłem roślinnym, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor Herbata z cytryną	1,3	<p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, jajka, pomidor, szczypior</p> <p>Herbata, miód, cytryny</p>
			3	<p>Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajka, pomidor, szczypior</p> <p>Herbata, miód, cytryny</p>

	Obiad	Zupa ramen, pieczywo Kotlet schabowy ziemniaki Surówka z czerwonej kapusty Kompot truskawkowy	1,3,9 3	Zupa - żeberka, porcja kurczaka, szyja indyka, makaron ramen (mąka pszenna , skrobia z manioku, woda, substancja wiążąca (węglany potasu), sól), marchew, pieczarki, jajka , cebula szalotka, szczypiior chleb (mąka pszenna , żytnia , woda, sól, drożdże) kotlet schabowy- schab, mąka pszenna , jajka , bułka tarta pszenna , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz ziemniaki, koper surówka - kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier kompot - truskawki, cukier Zupa - żeberka, porcja kurczaka, szyja indyka, makaron (ryż), marchew, pieczarki, jajka , cebula szalotka, szczypiior 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) kotlet schabowy- schab, jajka , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz ziemniaki, koper surówka - kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier kompot - truskawki, cukier
	Podwieczorek	Pączek Woda z cytryną	1,3 3	Pączek (mąka pszenna , mleko , cukier, jajka , olej rzepakowy, drożdże, cukier) Cytryna Pączek (mąka ryżowa/ gryczana/ kukurydziana, napój ryżowy, cukier, jajka , olej rzepakowy, drożdże, cukier) Cytryna
Piątek 25.02.2022r.	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku roślinnym Bułka grahamka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, papryka, ogórek, pomidor Herbata owocowa	1,3	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki ryżowe Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, papryka, ogórek, pomidor Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna - napój owsiany, płatki ryżowe 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, pomidor Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa krem z dyni, grzanki Moonfish z warzywami i frytkami z batata Kompot wieloowocowy	1,4,9,10 4,9	Zupa - dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, olej rzepakowy, sól, pieprz, chili, majeranek, rozmaryn Grzanki (mąka pszenna woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy), olej rzepakowy, czosnek, oregano, bazylija Moonfish z warzywami- batat, moonfish , fasolka szparagowa, papryka, pomidor pelati, cebula, cebula czerwona, seler naciowy, czosnek, cytryna, natka pietruszki, koper, oliwa, olej rzepakowy, sól, zioła prowansalskie Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa - dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, olej rzepakowy, sól, pieprz, chili, majeranek, rozmaryn 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, bazylija Moonfish z warzywami- batat, moonfish , fasolka szparagowa, papryka, pomidor pelati, cebula, cebula czerwona, seler naciowy, czosnek, cytryna, natka pietruszki, koper, oliwa, olej rzepakowy, sól, zioła prowansalskie

				Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Jabłko Pałeczki kukurydziane		Jabłko Pałeczki kukurydziane (kukurydza)

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