

JADŁOSPIS 28.02. - 4.03.2022 r.

Diety **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyfuszczeniem alergenów
Poniedziałek 28.02.2022 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka, pomidor, ogórek Herbata z cytryną	1,6,9,10	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki <b>orkiszowe</b> Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa, pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>szynka</b> wieprzowa, pomidor, ogórek Herbata, cytryny, miód
			6,9,10	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, <b>szynka</b> wieprzowa, pomidor, ogórek Herbata, cytryny, miód
	Obiad	Zupa gulaszowa, pieczywo Makaron z truskawkami Kompot wieloowocowy Jabłko	1,3,9  9	Zupa - karczek wieprzowy, ziemniaki, pieczarki, papryka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, tymianek Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron z truskawkami- makaron świderki (mąka <b>pszenna, jaja</b> ), truskawki, miód Kompot- mieszanka owocowa, cukier Jabłko  Zupa - karczek wieprzowy, ziemniaki, pieczarki, papryka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, 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) Makaron z truskawkami- makaron (ryż), truskawki, miód Kompot - mieszanka owocowa, cukier Jabłko
Podwieczorek	Koktajl owocowy Wafle ryżowe		Koktajl - napój ryżowy, truskawki, maliny Ryż	
Wtorek 1.03.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, jajko, szczypior, ogórek	1	Kakao - napój ryżowy, kakao, cukier Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, jajko, ogórek, szczypior  Kakao - napój ryżowy, kakao, 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, jajko, ogórek, szczypior
	Obiad	Krupnik jaglany, pieczywo Schab pieczony z jabłkiem Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty białej, marchewki i papryki Kompot śliwkowy	1,9,10	Zupa - porcja kurczaka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Schab z jabłkiem- schab, jabłka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, papryka słodka Ziemniaki, koper

			9,10	<p>Surówka - biała kapusta, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, musztarda (<b>gorczyca</b>), sól, cukier, pieprz Kompot - śliwki, cukier</p> <p>Zupa- porcja kurczaka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, por, cebula, natka pietruszki, 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) Schab z jabłkiem- schab, jabłka, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, papryka słodka Ziemniaki, koper Surówka - biała kapusta, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, musztarda (<b>gorczyca</b>), sól, cukier, pieprz Kompot - śliwki, cukier</p>
	<b>Podwieczorek</b>	Ciasto drożdżowe z cynamonem Woda z cytryną	3	Ciasto - mąka ryżowa, kukurydziana, <b>jajka</b> , masło roślinne, napój ryżowy, cukier, drożdże, cynamon Cytryna
<b>Środa</b> <b>2.03.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata	1	<p>Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b>, <b>pszenna</b>, drożdże, sól), masło roślinne, pierś kurczaka, sałata, ogórek Herbata, cukier</p> <p>Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś kurczaka, sałata, ogórek Herbata, cukier</p>
	<b>Obiad</b>	Zupa neapolitańska Naleśniki z jabłkiem Sok Mandarynka	1,3,9  3,9	<p>Zupa - porcja rosółowa, makaron (mąka <b>pszenna</b> z semoliny), marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna</b>, <b>żytnia</b>, kwas, drożdże, woda, sól) Naleśniki - mąka <b>pszenna</b>, woda, <b>jajka</b>, olej rzepakowy, jabłka, cukier, brzoskwinie Sok - zagęszczony sok jabłkowy/ pomarańczowy, woda Mandarynka</p> <p>Zupa - porcja rosółowa, makaron (ryż), marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz, 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) Naleśniki - mąka ryżowa, kukurydziana, woda, <b>jajka</b>, olej rzepakowy, jabłka, cukier, brzoskwinie Sok - zagęszczony sok jabłkowy/ pomarańczowy, woda Mandarynka</p>
	<b>Podwieczorek</b>	Budyń czekoladowy Pałeczki kukurydziane		Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier, kakao kukurydza

Czwartek 3.03.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, jajko, pomidor, papryka Herbata owocowa	1	Kawa - napój ryżowy, kakao, cukier Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, papryka Herbata owocowa, cukier  Kawa - napój ryżowy, kakao, 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, pomidor, papryka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa koperkowa, pieczywo Pulpety w sosie pomidorowym Kasza Surówka z buraczką z jabłkiem i cebulką Lemoniada	1,3,9   3,9	Zupa - porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, sól, pieprz Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Pulpety - karczek wieprzowy, <b>jaja</b> , bułka pszenna (mąka <b>pszenna</b> , drożdże, woda, sól), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, oregano, papryka Kasza <b>pęczak</b> Surówka - burak, cebula, jabłko, czosnek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Lemoniada - cytryny, miód  Zupa - porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, sól, pieprz 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) Pulpety - karczek wieprzowy, <b>jaja</b> , marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, oregano, papryka Kasza gryczana Surówka - burak, cebula, jabłko, czosnek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Lemoniada - cytryny, miód
	Podwieczorek	Zapiekanka z kaszy jaglanej		Zapiekanka - kasza jaglana, jabłko, napój ryżowy, cukier, cukier waniliowy, cynamon
Piątek 4.03.2022 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta z zielonego groszku Herbata	1	Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, groszek zielony, czosnek, cytryna, bazylija, sól, pieprz Herbata czarna, cukier  Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, groszek zielony, czosnek, cytryna, bazylija, sól, pieprz Herbata czarna, cukier
	Obiad	Zupa szczawiowa, pieczywo Morszczuk w sosie koperkowym Ziemniaki z koperkiem Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka Kompot truskawkowy Jabłko	1,3,4,9	Zupa - żeberka, szczaw, <b>jajka</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, sól, pieprz Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Ryba - <b>morszczuk</b> , cebula, czosnek, koper, olej rzepakowy, sól, pieprz Surówka - kiszona kapusta, marchew, jabłko, natka pietruszki, oliwa, sól, cukier, pieprz Kompot - truskawki, cukier Jabłko

			3,4,9	Zupa - żeberka, szczaw, <b>jajka</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, sól, pieprz 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) Ryba - <b>morszczuk</b> , cebula, czosnek, koper, olej rzepakowy, sól, pieprz Surówka - kiszona kapusta, marchew, jabłka, natka pietruszki, oliwa, sól, cukier, pieprz Kompot - truskawki, cukier Jabłko
	<b>Podwieczorek</b>	Chałka z masłem roślinnym Kakao	1,3	Chałka (mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> , woda, drożdże, olej rzepakowy), masło roślinne Kakao- napój ryżowy, cukier, kakao  Chałka (mąka ryżowa/ kukurydziana/ gryczana, napój ryżowy, drożdże, olej rzepakowy), masło roślinne Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao

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