

JADŁOSPIS 7-11.03.2022r.
Diety bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 7.03.2022 r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki owsiane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata, cukier Zupa mleczna - napój owsiany, płatki owsiane 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, pomidor, papryka, ogórek Herbata, cukier
	Obiad	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową, pieczywo Zapiekanka makaronowa Ogórek kiszony Kompot z czerwonej porzeczki mandarynka	9,10	Zupa - porcja kurczaka, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, tymianek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Zapiekanka - makaron świderki (mąka pszenna, jaja), kielbasa podwawelska, pieczarka, papryka, cukinia, cebula, czosnek, natka pietruszki Ogórek kiszony Kompot- czerwona porzeczka, cukier Mandarynka Zupa - porcja kurczaka, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, 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) Zapiekanka - makaron świderki (ryż), kielbasa podwawelska, pieczarka, papryka, cukinia, cebula, czosnek, natka pietruszki Ogórek kiszony Kompot - czerwona porzeczka, cukier Mandarynka
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy banan		Koktajl truskawki- napój ryżowy, truskawki, cukier Banan
Wtorek 8.03.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek	1	Kakao - napój ryżowy, kakao, cukier Bułka orkiszowa (mąka pszenna , orkiszowa, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek Kakao - napój owsiany, 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, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek
	Obiad	Rosół kurczak tandori Ziemniaki z koperkiem	1,9,10	Rosół - porcja kurczaka, szyja indyka, makaron (mąka pszenna z semoliny), marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Kurczak - udziec kurczaka, czosnek, curry, tymianek, papryka słodka, sól, pieprz, kolendra

	Obiad	Zupa ogórkowa, pieczywo Kotlet mielony z pieca ryż Surówka z marchewki i jabłka w sosie chrzanowym lemoniada	1,3,9,10 3,9	Zupa - porcja rosółowa, ogórki kiszane, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, mąka pszenna , sól, pieprz Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet - łopatka wieprzowa, jaja , bułka pszenna (mąka pszenna , drożdże, woda, sól), cebula, czosnek, sól, pieprz Ryż Surówka - marchew, jabłko, chrzan, majonez , natka pietruszki Lemoniada - cytryny, miód Zupa - porcja rosółowa, ogórki kiszane, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , 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) Kotlet - łopatka wieprzowa, jaja , cebula, czosnek, sól, pieprz ryż Surówka - marchew, jabłko, chrzan, majonez , natka pietruszki Lemoniada- cytryny, miód
	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy Pałeczki kukurydziane		Kisiel - truskawki, cukier Ryż
Piątek 11.03.2022 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta paprykowa, szczypior, rzodkiewka, ogórek Herbata	1	Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, papryka, szczypior, rzodkiewka, ogórek, czosnek, oliwa, bazylija, sól, pieprz Herbata czarna, cukier 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, papryka, szczypior, rzodkiewka, ogórek, czosnek, oliwa, bazylija, sól, pieprz Herbata czarna, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Dorsz z dressingiem cytrynowym Ziemniaki z koperkiem Surówka colesław Kompot wieloowocowy	1,3,4,9,10 3,4,9,10	Zupa - porcja rosółowa, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Ryba - dorsz , cytryna, koper, musztarda , oliwa, estragon, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta, marchew, cebula, koper, majonez , chrzan, ocet jabłkowy, sól Kompot - mieszanka owocowa, cukier Zupa - porcja rosółowa, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Ryba - dorsz , cytryna, koper, musztarda , oliwa, estragon, sól, pieprz Surówka - kapusta, marchew, cebula, koper, majonez , chrzan, ocet jabłkowy, sól Kompot - mieszanka owocowa, cukier
	Podwieczorek	Koktajl bananowy/ malinowy Pałeczki kukurydziane		Koktajl - napój ryżowy/ kokosowy, banan/ maliny, cukier 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