

JADŁOSPIS 14 - 18.03.2022 r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 14.03.2021 r.	Śniadanie	Makaron na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, papryka, ogórek Herbata	1,3	<p style="color: blue;">Zupa mleczna - napój owsiany, makaron (mąka pszenna, jajka) Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, papryka, ogórek Herbata, cukier</p> <p style="color: green;">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, pierś z kurczaka, papryka, ogórek Herbata, cukier</p>
	Obiad	Zupa ziemniaczana, pieczywo Ryż zapiekany z jabłkiem Lemoniada Mandarynka	1,3,6,9,10	<p style="color: blue;">Zupa - żeberka, kielbasa podwawelska, ziemniaki, cebula, czosnek, olej rzepakowy, masło roślinne, sól, pieprz ziołowy, kminek Chleb pszenno - żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Zapiekanka- ryż, jabłka, napój ryżowy, masło roślinne, cukier, laska wanilii, cynamon Lemoniada- cytryny, miód Mandarynka</p> <p style="color: green;">Zupa - żeberka, ziemniaki, cebula, czosnek, olej rzepakowy, masło roślinne, sól, pieprz ziołowy, kminek 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 - ryż, jabłka, napój ryżowy, masło roślinne, cukier, laska wanilii, cynamon Lemoniada - cytryny, miód Mandarynka</p>
	Podwieczorek	Jajko garniowane w sosie śmietanowym Herbata z cytryną	1,3,9,10 3,10	<p style="color: blue;">Jajko garniowane - bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, jajka, majonez, pomidor, szczypior Herbata, cytryny, miód</p> <p style="color: green;">Jajko garniowane- bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajka, majonez, pomidor, szczypior Herbata, cytryny, miód</p>
Wtorek 15.03.2021 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek	1	<p style="color: blue;">Kakao - napój ryżowy, kakao, cukier Bułka orkiszowa (mąka pszenna, orkiszowa, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek</p> <p style="color: green;">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, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek</p>
	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką, pieczywo Kotlet schabowy Ziemniaki z koperkiem Buraczki zasmażane Sok	1,3,9	<p style="color: blue;">Zupa - porcja kurczaka, makaron (mąka pszenna z semoliny), pomidory pelati, brukselka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno - żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p>

			3	Herbata, 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 kurczaka, jajko , pomidor, papryka
	Obiad	Krupnik ryżowy, pieczywo Kopytka z sosem mięsno- pieczarkowym Surówka z ogórka kiszzonego z papryką Lemoniada	1,3,9	Zupa - porcja rosółowa, ryż, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszemno - żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kopytka w sosie- kopytka (ziemniaki, mąka ziemniaczana, pszenna , jajka), szynka wieprzowa, pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Surówka - ogórek kiszony, marchew, papryka, jabłko, oliwa, cukier, pieprz, oregano Lemoniada - cytryny, miód
	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy Baton/ chrupki/ pałeczki	9	Zupa - porcja rosółowa, ryż, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, 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) Kopytka w sosie - kopytka (ziemniaki, mąka ziemniaczana), szynka wieprzowa, pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Surówka - ogórek kiszony, marchew, papryka, jabłko, oliwa, cukier, pieprz, oregano Lemoniada - cytryny, miód
Piątek 18.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, szczypior, rzodkiewka, ogórek Herbata owocowa	1,3,10	Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, jajka , majonez , szczypior, rzodkiewka, ogórek, szczypior, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
			3,10	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, jajka , majonez , szczypior, rzodkiewka, ogórek, szczypior, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Mielony kotlecik rybny Ziemniaki z koperkiem Surówka z białej kapusty Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,4,9,10	Zupa - porcja rosółowa, makaron (mąka pszenna , jajka), pomidory pelati, marchew, pietruszka, seler , cebula, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Kotlet - morszczuk , bułka (mąka pszenna), bułka tarta pszenna , jajka , cebula, czosnek, koper, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta biała, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, musztarda , sól, pieprz Kompot - porzeczka czerwona, cukier
		3,4,9	Zupa - porcja rosółowa, makaron (ryż), pomidory pelati, marchew, pietruszka, seler , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Kotlet - morszczuk , jajka , cebula, czosnek, koper, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta biała, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, musztarda , sól, pieprz	

				Kompot - porzeczka czerwona, cukier
	Podwieczorek	Koktajl wiśniowy / truskawkowy Pałeczki kukurydziane		Koktajl - napój ryżowy, wiśnie / truskawki, cukier Kukurydza

Produkty powodujące alergię 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