

**JADŁOSPIS 4 - 8.04.2022 r.**  
**DIETY bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
<b>Poniedziałek 4.04.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku roślinnym Bułka z masłem, pierś kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki <b>owsiane</b> Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa, pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, pierś kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata, cukier  Zupa mleczna - napój owsiany, płatki <b>owsiane</b> 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, pomidor, papryka, ogórek Herbata, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową, pieczywo Zapiekanka makaronowa Ogórek kiszony Kompot z czerwonej porzeczki Mandarynka	1,3,9,10          9	Zupa - porcja kurczaka, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, tymianek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Zapiekanka- makaron (mąka <b>pszenna, jaja</b> ), <b>kielbasa</b> 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, <b>seler</b> , cebula, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, tymianek Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (stonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Zapiekanka - makaron (mąka kukurydziana, ryżowa), pieczarka, papryka, cukinia, cebula, czosnek, natka pietruszki Ogórek kiszony Kompot - czerwona porzeczka, cukier Mandarynka
	<b>Podwieczorek</b>	Koktajl truskawkowy Banan		Koktajl - truskawki, napój ryżowy, truskawki, cukier Banan
<b>Wtorek 5.042022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kakao Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek Miód	1	Kakao - napój ryżowy, kakao, cukier Bułka orkiszowa (mąka <b>pszenna</b> , orkiszowa, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek, miód  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, miód
	<b>Obiad</b>	Rosół kurczak tandori Ziemniaki z koperkiem Marchewka duszona z migdałami Sok	1,9,10          9,10	Rosół - porcja kurczaka, szuja indyka, makaron (mąka <b>pszenna</b> z semoliny), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Kurczak - udziec kurczaka, czosnek, curry, tymianek, papryka słodka, sól, pieprz, <b>kolendra</b> Ziemniaki, koper Surówka - marchew, migdały, masło roślinne, sól, cukier Sok (skoncentrowany sok owocowy, woda)  Rosół - porcja kurczaka, szuja indyka, makaron (ryż), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Kurczak - udziec kurczaka, czosnek, curry, tymianek, papryka słodka, sól, pieprz, <b>kolendra</b> Ziemniaki, koper Surówka - marchew, migdały, masło roślinne, sól, cukier Sok (skoncentrowany sok owocowy, woda)

	<b>Podwieczorek</b>	Kostka z kaszy manny/ jaglanej lemoniada	1	Kostka - napój ryżowy, kasza <b>manna</b> , cukier, maliny Lemoniada - cytryny, miód  Kostka - napój ryżowy, kasza jaglana, cukier, maliny Lemoniada- cytryny, miód
<b>Środa</b> <b>6.04.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki jaglane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek, szczypiorek Herbata	1,3	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki jaglane Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , <b>jogurt</b> , <b>majonez</b> , sól, pieprz, rzodkiewka, ogórek, szczypiorek Herbata, cukier
			3	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki jaglane Bułka bezglutenowa (woda, skrobię kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, <b>jajka</b> , <b>jogurt</b> , <b>majonez</b> , sól, pieprz, rzodkiewka, ogórek, szczypiorek Herbata, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa ziemniaczana z kminkiem, pieczywo Spaghetti Kompot porzeczkowy	1,3,9	Zupa - żeberka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, por, natka pietruszki, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, kminek Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Spaghetti- makaron ( mąka <b>pszenna</b> z semoliny, <b>jajka</b> ), karczek wieprzowy, pomidor pelati, koncentrat pomidorowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, sól, pieprz, bazylia Kompot - porzeczka, cukier
			9	Zupa - żeberka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, por, natka pietruszki, sól, pieprz, kminek Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszkę), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Spaghetti- makaron ( mąka kukurydziana, ryżowa), karczek wieprzowy, pomidor pelati, koncentrat pomidorowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, sól, pieprz, bazylia Kompot - porzeczka, cukier
<b>Podwieczorek</b>	Ciasto drożdżowe z jabłkami		Ciasto- jabłka, mąka ryżowa/ kukurydziana/ gryczana, masło roślinne, napój ryżowy, cukier, drożdże	
<b>Czwartek</b> <b>7.04.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa/ herbata Bułka z masłem roślinnym, szynka wieprzowa/ polędwica z indyka, papryka, ogórek, dżem	1,6,9,10	Kawa - napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% ( <b>jęczmień</b> , <b>żyto</b> ), cykoria) Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>szynka</b> wieprzowa, ogórek, papryka, dżem  Herbata, 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, dżem
			1,3,9,10	Zupa - porcja rosółowa, ogórki kiszzone, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) kotlet- łopatka wieprzowa, <b>jajka</b> , bułka pszenna (mąka <b>pszenna</b> , drożdże, woda, sól), cebula, czosnek, sól, pieprz ryż Surówka - marchew, jabłko, chrzan, <b>majonez</b> , natka pietruszki Lemoniada - cytryny, miód
	<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa, pieczywo Kotlet mielony z pieca Ryż Surówka z marchewki i jabłka w sosie chrzanowym Lemoniada	3,9,10	Zupa- porcja rosółowa, ogórki kiszzone, 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, czarnuszkę), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) kotlet- łopatka wieprzowa, <b>jajka</b> , cebula, czosnek, sól, pieprz ryż Surówka - marchew, jabłko, chrzan, <b>majonez</b> , natka pietruszki Lemoniada - cytryny, miód
				Drożdżówka - mąka kukurydziana/ ryżowa/ gryczana, masło roślinne, napój ryżowy, cukier, sól, jabłka Kisiel - truskawki, cukier

<b>Piątek 8.04.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, szczypior, rzodkiewka, ogórek herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, kasza <b>manna</b> Bułka grahamka (mąka <b>żytnia, pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, szczypior, rzodkiewka, ogórek, sól, pieprz Herbata owocowa, 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, pierś z kurczaka, szczypior, rzodkiewka, ogórek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa rybna, pieczywo Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym Surówka z kapusty pekińskiej Kompot wieloowocowy	1,4,9,10          4,9,10	Zupa- <b>moonfish</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, papryka słodka Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, skrobia ryżowa, sól, olej rzepakowy i słonecznikowy), pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek Surówka - kapusta pekińska, papryka, ogórek kiszony, natka pietruszki, koper, czosnek, <b>musztarda</b> , oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, oregano, cukier Kompot - mieszanka owocowa, cukier  Zupa - <b>moonfish</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, papryka słodka 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) Placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, skrobia ryżowa, sól, olej rzepakowy i słonecznikowy), pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek Surówka - kapusta pekińska, papryka, ogórek kiszony, natka pietruszki, koper, czosnek, <b>musztarda</b> , oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, oregano, cukier Kompot - mieszanka owocowa, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Mus owocowy Pałeczki kukurydziane		Mus - truskawki/ 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