

JADŁOSPIS 9-13.11
DIETA BEZMLECZNA

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 9.11.2020	ŚNIADANIE*	Bułka grahamka, jajecznica, pomidor Herbata	1,3	Bułka grahamka- mąka pszenna , mąka pszenna graham, mąka żytnia , woda, drożdże, cukier, sól, oleje roślinne jaja , olej, pomidor Herbata, miód
	OBIAD	Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem Pieczywo mieszane Makaron z musem truskawkowym Kompot wieloowocowy	1,9,11	Zupa- boczek wędzony, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler , zielony groszek, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól Chleb wieloziarnisty- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, mieszanka wieloziarnista (ziarna słonecznika, siemę lniane, płatki owsiane, sezam), drożdże, sól, mąka sojowa II danie- makaron (mąka durum), truskawki, cukier Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Salatka owocowa Pałeczki kukurydziane		Banan, winogron, jabłko Pałeczki kukurydziane- kasza kukurydziana
Wtorek 10.11.2020	ŚNIADANIE*	Bułka siedlecka z szynką wp, sałata, ogórek Herbata miętowa	1	bułka siedlecka- mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, mąka żytnia , sól, oleje roślinne szynka softysa, sałata, ogórek Herbata miętowa, cukier
	OBIAD	Barszcz czerwony Pieczywo regionalne Panierowany filet z kurczaka z ziemniakami, Marchewka z groszkiem zasmażana Herbata miętowa	1,3,9	Zupa- żeberka, buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, majeranek, sól, pieprz, cytryna Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól II danie- filet kurczaka, bułka tarta , mąka pszenna , jaja Ziemniaki, koper Marchew, zielony groszek, mąka pszenna Herbata miętowa, cukier
	PODWIECZOREK*	kisiel malinowy Krążki ryżowe		maliny, cukier, mąka ziemniaczana Ryż biały i brązowy
Czwartek 12.11.2020	ŚNIADANIE*	Bułka grahamka z polędwicą z indyka, sałata, rzodkiewka Herbata z cytryną	1	Zupa mleczna- mleko 2%, płatki kukurydziane Bułka grahamka- mąka pszenna , mąka pszenna graham, mąka żytnia , woda, drożdże, cukier, sól, oleje roślinne Polędwica z indyka, sałata rzodkiewka, ogórek Herbata, cytryna, cukier
	OBIAD	Krupnik z kaszą jęczmienną Spaghetti warzywno-mięsne w pomidorach Surówka z kapusty pekińskiej lemoniada	1,3,9	Zupa- korpus z kurczaka, kasza jęczmienna , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól Makaron spaghetti (mąka durum , jaja), łożatka, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, czosnek, pomidory, koncentrat, sól, pieprz, zioła prowansalskie, olej Surówka- kapusta pekińska, ogórek, papryka, kukurydza, szczypior, oliwa, cytryna Lemoniada- cytryna, cukier
	PODWIECZOREK*	rogal maślany herbata	1,3	Rogal- mąka pszenna , woda, cukier, oleje roślinne, jaja , drożdże Herbata, cukier
Piątek 13.11.2020	ŚNIADANIE*	Bułka siedlecka z miodem Herbata owocowa owoc	1,3	Bułka siedlecka- mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, mąka żytnia , sól, oleje roślinne miód Herbata owocowa, cukier jabłko
	OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem Filet rybny w sosie porowym z ziemniakami i surówką z kiszzonej kapusty Kompot z owocowy	1,3,4,9	Zupa-korpus kurczaka, makaron drobny (mąka durum , jaja), marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , sól, pieprz, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy Pieczony dorsz- filet dorsza , por, mąka pszenna , cytryna , sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka- kiszona kapusta, marchewka, jabłka, cebula, oliwa Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Owoc Pieczywo jaglane z powidłami śliwkowymi	1	banan mąka jagłana (51%), kaszka kukurydziana, otręby kukurydziane, woda, ekstrakt słodowy jęczmienny , sól, substancja spulchniająca: wodorowęglan sodu, Powidła śliwkowe niskosłodzone

Tabela: Podstawowe alergeny pokarmowe. 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- tulin, 14- mięczaki
*dotyczy dzieci w przedszkolu
JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANOM