

**JADŁOSPIS 11 - 15.04.2022 r.**  
**DIETA bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytfuszczeniem alergenów
Poniedziałek 11.04.2022 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta paprykowa, ogórek, szczypior Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, ryż Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior Herbata owocowa, cukier  Zupa mleczna - napój owsiany, ryż Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Żurek z jajkiem i ziemniakami, pieczywo Makaron z truskawkami Sok	1,3,9,10   3,9	Zupa - boczek wędzony, <b>kiełbasa</b> podwawelska, <b>jajka</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, żurek (mąka <b>żytnia</b> ), mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron z truskawkami- makaron (mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> ), truskawki, cukier Sok (zagęszczony sok owocowy, woda)  Zupa - boczek wędzony, <b>jajka</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), 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, cukier Sok (zagęszczony sok owocowy, woda)
	Podwieczorek	Budyń czekoladowy Winogron		Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier, cukier waniliowy, kakao Winogron
Wtorek 12.04.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Dżem	1	Kakao - napój ryżowy, kakao, cukier Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek, dżem  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, pomidor, ogórek, dżem
	Obiad	Krem z buraka, grzanki Panierowany filec z kurczaka Ryż z warzywami Surówka z marchewki z dodatkiem pomarańczy Kompot wieloowocowy	1,3,9      3,9	Rosół - burak, ziemniak, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, ocet jabłkowy, miód, sól, pieprz Grzanki - bułka (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól), olej rzepakowy, czosnek, oregano, bazylija Kotlet - filec kurczaka, <b>jajka</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , mąka <b>pszenna</b> , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ryż z warzywami- ryż, papryka, cebula, czosnek, oliwa, sól, pieprz młotkowany, tymianek, chili Surówka - marchew, jabłko, cytryny, pomarańcze, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa

				<p>Rosół - burak, ziemniak, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, ocet jabłkowy, miód, sól, pieprz</p> <p>Grzanki - bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), olej rzepakowy, czosnek, oregano, bazylija</p> <p>Kotlet - filet kurczaka, <b>jajka</b>, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz</p> <p>Ryż z warzywami - ryż, papryka, cebula, czosnek, oliwa, sól, pieprz młotkowany, tymianek, chili</p> <p>Surówka - marchew, jabłko, cytryny, pomarańcze, cukier</p> <p>Kompot - mieszanka wieloowocowa</p>
	<b>Podwieczorek</b>	Koktajl truskawkowy Wafle ryżowe		Koktajl- napój ryżowy, truskawki, cukier Ryż
<b>Środa</b> <b>13.04.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki z rodzynkami na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta warzywna, ogórek kiszony Herbata	1	<p>Zupa mleczna - napój owsiany, płatki <b>owsiane</b>, rodzynki</p> <p>Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b>, <b>pszenna</b>, mąka <b>graham</b>, drożdże, sól), masło roślinne, marchew, papryka, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony</p> <p>Herbata, cukier</p> <p>Zupa mleczna - napój owsiany, płatki ryżowe, rodzynki</p> <p>Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, marchew, papryka, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony</p> <p>Herbata, cukier</p>
	<b>Obiad</b>	Zupa kalafiorowa, pieczywo Naleśniki z musem brzoskwiowym Kompot porzeczkowy	1,3,9  3,9	<p>Zupa - porcja rosółowa, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, por, natka pietruszki, mąka <b>pszenna</b>, sól, pieprz</p> <p>Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna</b>, <b>żytnia</b>, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Naleśniki - mąka <b>pszenna</b>, <b>jajka</b>, olej rzepakowy, jabłko, brzoskwinie, cukier</p> <p>Kompot - porzeczkowy, cukier</p> <p>Zupa - porcja rosółowa, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz</p> <p>Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (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)</p> <p>Naleśniki - mąka ryżowa/ kukurydziana/ gryczana, <b>jajka</b>, olej rzepakowy, jabłko, brzoskwinie, cukier</p> <p>Kompot - porzeczkowy, cukier</p>
	<b>Podwieczorek</b>	Ciasto drożdżowe z cynamonem Soczek	3	Ciasto - mąka ryżowa, kukurydziana, gryczana, masło roślinne, <b>jajka</b> , napój ryżowy, cukier, drożdże, cynamon Soczek (zagęszczony sok, woda)
<b>Czwartek</b> <b>14.04.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa/ herbata Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, papryka, ogórek kiszony, dżem	1	<p>Kawa - napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% (<b>jęczmień</b>, <b>żyto</b>), cykorja)</p> <p>Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b>, <b>pszenna</b>, drożdże, sól), masło roślinne, pierś kurczaka, ogórek, papryka, sałata, dżem</p> <p>Herbata - herbata czarna, cukier</p> <p>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, ogórek, papryka, sałata, dżem</p>

	<b>Obiad</b>	Zupa neapolitańska Gołąbki rzymskie Ziemniaki z koperkiem Surówka z ogórka kiszzonego Kompot wieloowocowy	1,3,9  3,9	Zupa neapolitańska- porcja rosółowa, makaron (mąka <b>pszenna</b> durum), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Gołąbki - karczek wieprzowy, <b>jaja</b> , bułka pszenna (mąka <b>pszenna</b> , drożdże, woda, sól), kapusta, marchew, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, papryka słodka ziemniaki, koper Surówka - ogórek kiszony, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, pieprz, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa  Zupa neapolitańska - porcja rosółowa, makaron (mąka ryżowa), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Gołąbki - karczek wieprzowy, <b>jaja</b> , kapusta, marchew, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, papryka słodka ziemniaki, koper Surówka - ogórek kiszony, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, pieprz, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa
	<b>Podwieczorek</b>	Talerz owoców Pałeczki kukurydziane		Talerz owoców - banan, winogrona, jabłko Kukurydza
<b>Piątek</b> <b>15.04.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki jaglane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, szczypior, rzodkiewka, ogórek herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki jaglane Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, wędzona polędwica z indyka, szczypior, rzodkiewka, ogórek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier  Zupa mleczna - napój owsiany, płatki jaglane <b>Bułka bezglutenowa</b> (woda, skrobie - kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, wędzona polędwica z indyka, szczypior, rzodkiewka, ogórek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z makaronem Ryba panierowana z pieca Ziemniaki opiekane Warzywa gotowane na parze Sok	1,3,4,9  3,4,9	Zupa - porcja rosółowa, makaron (mąka <b>pszenna</b> , <b>jajka</b> ), koncentrat pomidorowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, lubczyk Ryba - <b>morszczuk</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , mąka <b>pszenna</b> , <b>jajka</b> , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ziemniaki Warzywa - brokuły, fasolka szparagowa, marchew, masło roślinne Sok (zagęszczony sok owocowy, woda)  Zupa - porcja rosółowa, makaron (mąka ryżowa), koncentrat pomidorowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, lubczyk Ryba - <b>morszczuk</b> , <b>jajka</b> , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ziemniaki Warzywa - brokuły, fasolka szparagowa, marchew, masło roślinne Sok (zagęszczony sok owocowy, woda)
	<b>Podwieczorek</b>	Koktajl bananowy z malinami Jabłko		Koktajl - napój ryżowy, banan, malina Jabłko

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

\* jadłospis może ulec zmianie