

**JADŁOSPIS 9 - 13.05.2022 r.**  
**DIETY bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 9.05.2022 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata, cukier  Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane 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), 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	1,3,9,10    9	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), kiełbasa podwawelska, pieczarka, papryka, cukinia, cebula, czosnek, natka pietruszki Ogórek kiszony Kompot - czerwona porzeczka, cukier  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 (mąka ryżowa), pieczarka, papryka, cukinia, cebula, czosnek, natka pietruszki Ogórek kiszony Kompot - czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek	koktajl truskawkowy banan		koktajl truskawkowy - napój ryżowy, truskawki, cukier Banan
Wtorek 10.05.2022 r.	Śniadanie	kakao Bułka z masłem roślinnym, pierś kurczaka, sałata, ogórek, miód	1	Kakao - napój ryżowy, kakao, cukier Bułka orkiszowa (mąka pszenna, orkiszowa, drożdże, sól), masło roślinne, pierś kurczaka, sałata, ogórek, miód  Kakao - napój ryżowy, kakao, cukier 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), masło roślinne, pierś kurczaka, sałata, ogórek, miód
	Obiad	Rosół domowy z makaronem i natką pietruszki kurczak tandori Ziemniaki z koperkiem Marchewka duszona z migdałami sok	1,9,10    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 Ziemniaki, koper Marchew duszona- marchew, migdały, sól Sok (skoncentrowany sok owocowy, woda)  Rosół - porcja kurczaka, szyja indyka, makaron (mąka ryżowa), 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 Ziemniaki, koper Marchew duszona - marchew, migdały, sól Sok (skoncentrowany sok owocowy, woda)

	Podwieczorek	Kostka z kaszy jaglanej		Kostka - napój ryżowy, kasza jaglana, cukier, maliny
Środa 11.05.2022 r.	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku roślinnym z miodem i cynamonem Bułka z masłem roślinnym, pierś indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata z cytryną	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki ryżowe, miód, cynamon Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa, pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica indyka, sałata, ogórek, pomidor Herbata, cytryna, cukier  Zupa mleczna - napój owsiany, płatki ryżowe, miód, cynamon Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszką), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy), masło roślinne, polędwica indyka, sałata, ogórek, pomidor Herbata, cytryna, cukier
	Obiad	Żurek z jajkiem i ziemniakami, pieczywo Naleśniki z owocami i polewą jogurtowo- brzoskwinową Kompot wieloowocowy	1,3,9,10  3,9	Żurek - boczek wędzony, <b>kiełbasa</b> podwawelska, <b>jajka</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, żurek (kwas <b>chlebowy</b> ), mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Naleśniki - mąka <b>pszenna, jajka</b> , napój ryżowy, banan/ jabłko/ truskawki, brzoskwinie, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier  Żurek - boczek wędzony, <b>jajka</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszką), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Naleśniki - mąka ryżowa/ kukurydziana, gryczana, <b>jajka</b> , napój ryżowy, banan/ jabłko/ truskawki, brzoskwinie, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Talerz owoców		Banan, jabłko, winogron
Czwartek 12.05.2022 r.	Śniadanie	Kawa zbożowa/ herbata Bułka z masłem roślinnym, pasta warzywna, papryka, ogórek, dżem	1	Kawa - napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% ( <b>jęczmień, żyto</b> ), cykorii), cukier Bułka żytnia (mąka <b>żytnia, pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, papryka, marchew, czosnek, natka pietruszki, oliwa, ogórek, papryka, sól, pieprz  Herbata, cukier Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszką), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy), masło roślinne, papryka, marchew, czosnek, natka pietruszki, oliwa, ogórek, papryka, sól, pieprz
	Obiad	Zupa krem z marchewki, grzanki Schab pieczony w sosie chrzanowym Kasza gryczana Surówka z buraczka z jabłkiem Kompot z czarnej porzeczki	1,9  9	Zupa - marchew, ziemniaki, dynia, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek, curry, imbir Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Schab w sosie - schab, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, chrzan, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, majeranek, papryka słodka, ziele angielskie Kasza gryczana Surówka - burak, jabłko, cebula, czosnek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot - czarna porzeczka, cukier  Zupa - marchew, ziemniaki, dynia, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek, curry, imbir Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszką), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Schab w sosie - schab, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, chrzan, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, majeranek, papryka słodka, ziele angielskie Kasza gryczana Surówka - burak, jabłko, cebula, czosnek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot - czarna porzeczka, cukier

	<b>Podwieczorek</b>	Mus owocowy Wafle ryżowe		Maliny/ truskawki Ryż
<b>Piątek 13.05.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki orkiszowe mleku roślinnym z żurawiną	1,3	Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , szczypior, rzodkiewka, ogórek, sól, pieprz Herbata czarna, cukier
		Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, szczypior, rzodkiewka, ogórek herbata	3	Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana 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), masło roślinne, <b>jajka</b> , szczypior, rzodkiewka, ogórek, sól, pieprz Herbata czarna, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa neapolitańska Mielony kotlecik rybny Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty kiszonej Sok	1,3,4,9  3,4,9	Zupa - porcja rosółowa, makaron (mąka <b>pszenna</b> semolina), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Ryba - <b>morszczuk</b> , <b>jajka</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , koper, cebula, czosnek, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, cukier Sok (zagęszczony sok owocowy, woda)  Zupa - porcja rosółowa, makaron (mąka <b>pszenna</b> semolina), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Ryba - <b>morszczuk</b> , <b>jajka</b> , koper, cebula, czosnek, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, cukier Sok (zagęszczony sok owocowy, woda)
<b>Podwieczorek</b>	Rogal maślany/ bułka drożdżowa Woda z cytryną	1,3  3	Rogal (mąka <b>pszenna</b> , woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy) Cytryna  Rogal (mąka ryżowa/ kukurydziana/ gryczana, woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy) Cytryna	

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