

**JADŁOSPIS 23 - 27.05.2022 r.**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyfuszczeniem alergenów
Poniedziałek 23.05.2022 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym z daktylami Bułka z masłem roślinnym, dżem, brzoskwinie Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, ryż, daktyle Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony, brzoskwinie Herbata owocowa, cukier  Zupa mleczna - napój owsiany, ryż, daktyle Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobienie (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, dżem niskosłodzony, brzoskwinie Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa ziemniaczana z groszkiem, pieczywo Makaron puttanesca Kompot wieloowocowy	1,3,9   9	Zupa - porcja rosółowa, ziemniaki, groszek zielony, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, czosnek, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Puttanesca - makaron świderki (mąka <b>pszenna</b> z semoliny), boczek wędzony, pomidory pelati, oliwki, cebula, czosnek, oliwa, sól, pieprz, bazylia, chili Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier  Zupa - porcja rosółowa, ziemniaki, groszek zielony, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, czosnek, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobienie (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) Puttanesca - makaron świderki (mąka <b>pszenna</b> z semoliny), boczek wędzony, pomidory pelati, oliwki, cebula, czosnek, oliwa, sól, pieprz, bazylia, chili Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Banan Wafle kukurydziane		Banan kukurydza
Wtorek 24.05.2022r.	Śniadanie	Kakao Bułka orkiszowa z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor, dżem	1	Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica indyka, sałata, ogórek, pomidor, dżem niskosłodzony  Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobienie (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, polędwica indyka, sałata, ogórek, pomidor, dżem niskosłodzony
	Obiad	Zupa owocowy raj z makaronem Pieczeń rzymska Ziemniaki Surówka wiosenna Lemoniada	1,3   3	Zupa - makaron (mąka <b>pszenna</b> z semoliny, <b>jajka</b> ), wiśnie, jabłko, cukier pieczeń- łopatka wieprzowa, jajka, bułka pszenna (mąka <b>pszenna</b> ), cebula, czosnek, natka pietruszki, koper, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka Ziemniaki, koper Surówka - sałata lodowa, rukola, ogórek, papryka, rzodkiewka, cebula czerwona, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Lemoniada - miód, cytryny  Zupa - makaron (ryż), wiśnie, jabłko, cukier pieczeń - łopatka wieprzowa, <b>jajka</b> , cebula, czosnek, natka pietruszki, koper, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka Ziemniaki, koper Surówka - sałata lodowa, rukola, ogórek, papryka, rzodkiewka, cebula czerwona, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier

				Lemoniada - miód, cytryny
	Podwieczorek	Koktajl owocowy Jabłko		Koktajl - napój ryżowy, banan, truskawki jabłko
Środa 25.05.2022 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym z rodzynkami Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, ogórek, szczypior, rzodkiewka Herbata	1,3,10	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki <b>owsiane</b> , rodzynki Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , <b>majonez</b> , rzodkiewka, ogórek, szczypior, sól, pieprz Herbata, cukier
			3,10	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki jaglane, rodzynki 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> , <b>majonez</b> , rzodkiewka, ogórek, szczypior, sól, pieprz Herbata, cukier
	Obiad	Zupa kalafiorowa, pieczywo Pyzy z mięsem Surówka z czerwonej kapusty Sok	1,9	Zupa – porcja rosółowa, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Pyzy - grys ziemniaczany, mąka ziemniaczana, mięso wołowo- wieprzowe, cebula, bułka tarta (mąka <b>pszenna</b> ), drożdże, sól, pieprz, boczek wędzony, słonina, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Surówka- czerwona kapusta, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier sok (zagęszczony sok owocowy, woda)
			9	Zupa – porcja rosółowa, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, 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) Pyzy - grys ziemniaczany, mąka ziemniaczana, mięso wołowo- wieprzowe, cebula, sól, pieprz, boczek wędzony, słonina, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Surówka - czerwona kapusta, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier sok (zagęszczony sok owocowy, woda)
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z rabarbarem	3	Ciasto - rabarbar, mąka ryżowa/ kukurydziana/ gryczana, <b>jajka</b> , masło roślinne, cukier, cukier waniliowy, napój ryżowy, drożdże
Czwartek 26.05.2022 r.	Śniadanie	Kawa zbożowa/ herbata Tosty z serem żółtym i warzywami	1	Kawa - napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% ( <b>jęczmień</b> , <b>żyto</b> ), cykoria), cukier Chleb tostowy (mąka <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, <b>pomidor</b> , <b>papryka</b>  Herbata - herbata czarna, 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, polędwica z indyka, <b>pomidor</b> , <b>papryka</b>
	Obiad	Zupa ramen Kurczak po chińsku Ryż Kompot z czarnej porzeczki	1,3   3	Zupa - żeberka, porcja rosółowa, skrzydła indycze, makaron ramen (mąka <b>pszenna</b> ), <b>jajka</b> , marchew, pieczarka, cebula szalotka, czosnek, szczypior, imbir, olej rzepakowy Kurczak po chińsku- filet kurczaka, kapusta biała, marchew, pieczarka, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, imbir, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, papryka słodka, kolendra Ryż Kompot - czarna porzeczka, cukier  Zupa - żeberka, porcja rosółowa, skrzydła indycze, makaron (mąka ryżowa), <b>jajka</b> , marchew, pieczarka, cebula szalotka, czosnek, szczypior, imbir, olej rzepakowy Kurczak po chińsku - filet kurczaka, kapusta biała, marchew, pieczarka, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, imbir, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, papryka słodka, kolendra Ryż Kompot - czarna porzeczka, cukier

	<b>Podwieczorek</b>	Zapiekanka z kaszy jaglanej z polewą jogurtową		Kasza jaglana, napój ryżowy, jabłko, cukier, cukier waniliowy, cynamon
<b>Piątek 27.05.2022 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Makaron na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, jajkiem, sałata, pomidor, ogórek Herbata	1,3	Zupa mleczna - napój owsiany, makaron (mąka <b>pszenna</b> z semoliny, <b>jajka</b> ) Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , ogórek, sałata, pomidor Herbata, cukier
			3	Zupa mleczna - napój owsiany, makaron (mąka ryżowa) 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> , ogórek, sałata, pomidor Herbata, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa z soczewicy, pieczywo Paluszki rybne z dorsza Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty pekińskiej Herbata z cytryną	1,3,4,9	Zupa - porcja rosółowa, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Paluszki rybne - <b>dorsz</b> , bułka tarta <b>pszenna</b> , mąka <b>pszenna</b> , <b>jajka</b> , płatki kukurydziane, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, czosnek, cytryna, koper, sól, pieprz, oregano Herbata z cytryną - herbata, miód, cytryna
			3,4,9	Zupa - porcja rosółowa, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, 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) Paluszki rybne- <b>dorsz</b> , <b>jajka</b> , płatki kukurydziane, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, czosnek, cytryna, koper, sól, pieprz, oregano Herbata z cytryną - herbata, miód, cytryna
<b>Podwieczorek</b>	Koktajl bananowy Pałeczki kukurydziane		Koktajl - napój kokosowy, banan 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