

JADŁOSPIS 6.06-10.06.2022r.  
DIETY **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 6.06.2022 r.	Śniadanie	Makaron na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka/ polędwica z indyka, papryka, ogórek Herbata	1,3,6,9,10	Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka <b>pszenna, jajka</b> ) Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa, pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>szynka</b> wieprzowa, papryka, ogórek Herbata, cukier  Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka kukurydzian/ gryczana) 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, papryka, ogórek Herbata, cukier
	Obiad	Zupa ziemniaczana z kielbasą, pieczywo Ryż zapiekany z jabłkiem lemoniada gruszka	1,9,10	Zupa -zeberka, <b>kielbasa</b> podwawelska, ziemniaki, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy, kminek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Zapiekanka- ryż, jabłka, napój ryżowy, masło roślinne, cukier, laska wanilii, cynamon Lemoniada- cytryny, miód gruszka
			9,10	Zupa -zeberka, <b>kielbasa</b> podwawelska, ziemniaki, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy, kminek Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię- 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- ryż, jabłka, napój ryżowy, masło roślinne, cukier, laska wanilii, cynamon Lemoniada- cytryny, miód gruszka
Podwieczorek	Jajko garniowane Herbata z cytryną	1,3,6,9,10  3	Jajko garniowane- bułka grahamka (mąka <b>żytnia, pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>szynka</b> wieprzowa, <b>jajka, majonez</b> , pomidor, szczypior Herbata, cytryny, miód  Jajko garniowane- Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś kurczaka, <b>jajka, majonez</b> , pomidor, szczypior Herbata, cytryny, miód	
Wtorek 7.06.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka sałata, ogórek, pomidor, dżem	1	Kakao- napój owsiany, cukier, kakao Bułka kukurydziana (mąka kukurydziana, <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek, dżem niskosłodzony  Kakao- napój owsiany, cukier, kakao 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, sałata, pomidor, ogórek, dżem niskosłodzony
	Obiad	Zupa z soczewicy, pieczywo Potrawka z kurczaka z zielonego groszkiem Ryż Herbatka owocowa jabłko	1,9	Zupa- zeberka, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz ziołowy, liść laurowy, kmin rzymski Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Potrawka- kurczak cały, marchewka z groszkiem, cebula, czosnek, <b>seler</b> , pietruszka, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Ryż Herbata owocowa, cukier Jabłko

			9	Zupa- żeberka, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz ziołowy, liść laurowy, kmin rzymski 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) Potrawka- kurczak cały, marchewka z groszkiem, cebula, czosnek, <b>seler</b> , pietruszka, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Ryż Herbata owocowa, cukier jabłko
	<b>Podwieczorek</b>	Śliwki pod cynamonową kruszonką		Śliwki pod kruszonką- śliwki, mąka kukurydziana/ gryczana, płatki jaglane, masło roślinne, cukier trzcinowy, cynamon
Środa 8.06.2022 r.	<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z ryżem i daktylami Bułka z masłem roślinnym, jajko, pomidor, papryka, ogórek	1,3  3	Zupa mleczna- napój owsiany, ryż, daktyle Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajko</b> , pomidor, papryka, ogórek  Zupa mleczna- napój owsiany, ryż, daktyle Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, <b>jajko</b> , pomidor, papryka, ogórek
		<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa z brukselką i pomidorami Kopytka z sosem mięsno- pieczarkowym Mizeria lemoniada	1,3,9  3,9
	<b>Podwieczorek</b>		Budyń śmietankowy jabłko	
	Czwartek 9.06.2022 r.	<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa na mleku roślinnym/ herbata Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek miód	1
<b>Obiad</b>			Krupnik ryżowy, pieczywo Kotlet schabowy z ziemniakami Buraczki zasmażane sok	1,3,9

			3,9	Zupa- porcja rosółowa, ryż, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie 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) Kotlet schabowy- schab, <b>jajka</b> , tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ziemniaki, koper Buraczki- burak, cebula, czosnek, koper, masło roślinne, ocet jabłkowy, sól, cukier Sok (zagęszczony przecier z malin, zagęszczony sok jabłkowy, malinowy, cytrynowy, mięta)
	Podwieczorek	Ciasto marchewkowe		Ciasto- marchew, jabłka, mąka kukurydziana/ gryczana, napój ryżowy, olej rzepakowy, cukier, laska wanilii, cynamon, proszek do pieczenia, soda
Piątek 10.06.2022 r.	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek, szczypiorek Herbata owocowa	1,3,10	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jaglane Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , <b>majonez</b> , rzodkiewka, ogórek, szczypiorek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Dorsz z dresingiem cytrynowym Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty i marchewki Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,4,9,10	Zupa- porcja rosółowa, makaron (mąka <b>pszenna</b> z semoliny, <b>jajka</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, natka pietruszka, lubczyk, sól, pieprz Dorsz z dresingiem- <b>dorsz</b> , cytryny, cebula, koper, estragon, <b>musztarda</b> , oliwa, sól, pieprz, cukier Ziemniaki, koper Surówka- kapusta biała, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot- czerwona porzeczka, cukier
			4,9,10	Zupa- porcja rosółowa, makaron (mąka kukurydziana/ ryżowa/ gryczana), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, natka pietruszka, lubczyk, sól, pieprz Dorsz z dresingiem- <b>dorsz</b> , cytryny, cebula, koper, estragon, <b>musztarda</b> , oliwa, sól, pieprz, cukier Ziemniaki, koper Surówka- kapusta biała, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot- czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Koktajl owocowy Pałeczki kukurydziane		Koktajl- napój ryżowy, maliny/ truskawki/ śliwki 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

\* jadtospis może ulec zmianie