

JADŁOSPIS 11-15.07.2022r.
DIETY **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 11.07.2022 r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki owsiane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, pierś kurczaka, sałata, ogórek Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane 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, sałata, ogórek Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Krem z białych warzyw Połędwiczki wieprzowe w sosie pieczeniowym Ziemniaki z koperkiem Surówka z pomidora i cebulki Lemoniada	1,9 9	Zupa - kalafior, pietruszka, seler , ziemniaki, cebula, natka pietruszki, pestki dyni, sól Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Połędwiczki- połędwiczki wieprzowe, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz młotkowany, rozmaryn świeży, liść laurowy, ziele angielskie Ziemniaki, koper Surówka- pomidor, cebula, szczypior, oliwa, sól Lemoniada- cytryny, miód Zupa - kalafior, pietruszka, seler , ziemniaki, cebula, natka pietruszki, pestki dyni, sól 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) Połędwiczki- połędwiczki wieprzowe, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz młotkowany, rozmaryn świeży, liść laurowy, ziele angielskie Ziemniaki, koper Surówka- pomidor, cebula, szczypior, oliwa, sól Lemoniada- cytryny, miód
	Podwieczorek	Bułka drożdżowa z jabłkiem		Bułka drożdżowa – jabłko, mąka kukurydzia/ gryczana, napój ryżowy, jajka, cukier, masło roślinne
Wtorek 12.07.2022 r.	Śniadanie	kakao Bułka z masłem roślinnym, , jajko, pomidor, papryka, ogórek miód	1,3 3	Kakao- napój ryżowy, kakao, cukier Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, jajko , pomidor, papryka, ogórek Miód Kakao- napój ryżowy, kakao, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajko , pomidor, papryka, ogórek miód
	Obiad	Zupa brokułowa, pieczywo Hamburger z warzywami sok	1,3,9,10	Zupa- porcja kurczaka, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, koper, mąka pszenna , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Hamburger- bułka (mąka pszenna , woda, olej roślinny rzepakowy, cukier, drożdże, suszone pomidory, sól , barwniki naturalne (czerwień buraczana), kurkumina, czarnuszka, enzym piekarniczy - amylaza), burger wołowy, koncentrat pomidorowy, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca , cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj), sałata, pomidor, ogórek

			9,10	<p>Sok (zagęszczony sok, woda)</p> <p>Zupa- porcja kurczaka, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, koper, koper, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>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)</p> <p>Hamburger- bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), burger wołowy, koncentrat pomidorowy, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj), sałata, pomidor, ogórek</p> <p>Sok (zagęszczony sok, woda)</p>
	Podwieczorek	Budyń śmietankowy banan	1	Budyń- napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier banan
Środa 13.07.2022 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata owocowa	1	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane</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, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
	Obiad	Zacierka, pieczywo Naleśniki z owocami i polewą brzoskwińową Kompot wieloowocowy	1,3,9 3,9	<p>Zupa- boczek wędzony, słonina, makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Naleśniki- mąka pszenna, jajka, olej rzepakowy, jabłka/ banany, śliwki, brzoskwinie</p> <p>Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier</p> <p>Zupa- boczek wędzony, słonina, makaron (mąka ryżowa), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>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)</p> <p>Naleśniki- mąka kukurydziana/ gryczana jajka, olej rzepakowy, jabłka/ banany, śliwki, brzoskwinie</p> <p>Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier</p>
	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy Banan/ jabłko		Kisiel- truskawki, mąka ziemniaczana, cukier Banan/ jabłko
Czwartek 14.07.2022 r.	Śniadanie	Kawa zbożowa/ herbata Bułka z masłem roślinnym, pasta paprykowa	1	<p>Kawa- napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% (jęczmień, żyto), cykorja)</p> <p>Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, szczypior, ogórek, rzodkiewka, czosnek, bazylija, sól, pieprz</p> <p>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, papryka, szczypior, ogórek, rzodkiewka, czosnek, bazylija, sól, pieprz</p>
	Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami, pieczywo	1,3,9	Zupa- zeberka, szczaw, jajka , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

		spaghetti lemoniada	3,9	Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) spaghetti- makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka), karczek wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, pomidor pelati, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, oregano, bazylija, zioła prowansalskie Lemoniada- cytryny, miód Zupa- żeberka, szczaw, jajka , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, 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) spaghetti- makaron (mąka ryżowa), karczek wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, pomidor pelati, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, oregano, bazylija, zioła prowansalskie Lemoniada- cytryny, miód
	Podwieczorek	Banan, arbuz, winogrona		Banan, arbuz, winogrona
Piątek 15.07.2022 r.	Śniadanie	makaron na mleku roślinnym	1,3	Zupa mleczna- napój ryżowy, makaron (mąka pszenna , jajka) Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, jajko , olej rzepakowy, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
		Bułka z masłem roślinnym, jajko sadzone Herbata owocowa	3	Zupa mleczna- napój ryżowy, makaron (mąka ryżowa) Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajko , olej rzepakowy, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem, pieczywo Paluszki rybne Ziemniaki opiekane Salata ze śmietaną Kompot z czarnej porzeczki	1,4,9	Zupa-porcja rosółowa, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Paluszki rybne (mintaj/ czarniak/ morschczuk/ miruna, mąka pszenna , olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże) Ziemniaki, olej rzepakowy, sól, oregano, bazylija Surówka- salata, ogórek, cebula czerwona, szczypior, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot- czerwona porzeczka
4,9			Zupa-porcja rosółowa, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Paluszki rybne (mintaj/ czarniak/ morschczuk/ miruna, mąka pszenna , olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże) Ziemniaki, olej rzepakowy, sól, oregano, bazylija Surówka- salata, ogórek, cebula czerwona, szczypior, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot- czerwona porzeczka	
	Podwieczorek	Koktajl owocowy Wafle kukurydziane		Koktajl- napój ryżowy, truskawki/ maliny/ jagody 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

* jadalność może ulec zmianie