

JADŁOSPIS 18-22.07.2022r.
DIETY **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 18.07.2022 r.	Śniadanie	Kasza na mleku roślinnym z brzoskwiniami Chleb z masłem roślinnym, polędwica z kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza manna , brzoskwinie Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól), masło roślinne, polędwica z kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana, brzoskwinie 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 kurczaka, pomidor, papryka, ogórek Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa krem pomidorowy, pieczywo Farfale z młodym kapustą i pieczarkami Herbata z cytryną gruszka	1	Zupa -pomidory pelati, marchew, cebula, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, cukier Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Farfale- makaron kokardki (mąka pszenna z semoliny), kapusta, pieczarka, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kminek Herbata, cytryna, cukier Gruszka Zupa -pomidory pelati, marchew, cebula, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, 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) Farfale- makaron (mąka ryżowa/ kukurydziana/ gryczana), kapusta, pieczarka, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kminek Herbata, cytryna, cukier gruszka
	Podwieczorek	Budyń śmietankowy Wafle ryżowe		Budyń- napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier ryż
Wtorek 19.07.2022 r.	Śniadanie	kakao Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek, miód	1	Kakao- napój ryżowy, cukier, kakao Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica indyka, sałata, ogórek, rzodkiewka, miód Kakao- napój ryżowy, cukier, kakao Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, polędwica indyka, sałata, ogórek, rzodkiewka, miód
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką, pieczywo Gulasz wieprzowy Ziemniaki Sałata z ogórkiem lemoniada	1,3,9	Zupa- porcja kurczaka, jaja , botwinka, marchew, pietruszka, seler, cebula, koper, śmietana 18%, ocet jabłkowy, mąka pszenna , sól Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Gulasz- szynka wieprzowa, marchew, papryka, pietruszka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, papryka słodka, majeranek, tymianek Ziemniaki, koper, Surówka- sałata, ogórek, cebula, szczypior, oliwa, sól, pieprz Lemoniada- miód, cytryny Zupa- porcja kurczaka, jaja , botwinka, marchew, pietruszka, seler , cebula, koper, ocet jabłkowy, sól

			3,9	<p>Pieczyno 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)</p> <p>Gulasz- szynka wieprzowa, marchew, papryka, pietruszka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, majeranek, tymianek</p> <p>Ziemniaki, koper,</p> <p>Surówka- sałata, ogórek, cebula, szczypior, oliwa, sól, pieprz</p> <p>Lemoniada- miód, cytryny</p>
	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy banan		Kisiel- truskawki, mąka ziemniaczana, cukier banan
Środa 20.07.2022 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym z miodem i cynamonem Bułka z masłem roślinnym, pasta paprykowa, ogórek, szczypior Herbata	1	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki orkiszowe, miód, cynamon</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior</p> <p>Herbata, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki orkiszowe, miód, cynamon</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, ogórek, szczypior</p> <p>Herbata, cukier</p>
	Obiad	Zupa minestrone, pieczywo Kopytka z sosem mięsno- warzywnym Sok jabłko	1,3 3	<p>Zupa – makaron (mąka pszenna), pomidor pelati, fasolka szparagowa, marchew, cukinia, szpinak, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, oliwa, sól, pieprz, bazylią, tymianek</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Kopytka- mąka ziemniaczana, jajka, filet kurczaka, papryka/ groszek/ fasolka</p> <p>Sok (zagęszczony sok owocowy, woda)</p> <p>Jabłko</p> <p>Zupa – makaron (mąka ryżowa), pomidor pelati, fasolka szparagowa, marchew, cukinia, szpinak, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, oliwa, sól, pieprz, bazylią, tymianek</p> <p>chleb bezglutenowy (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)</p> <p>Kopytka- mąka ziemniaczana, jajka, filet kurczaka, papryka/ groszek/ fasolka</p> <p>Sok (zagęszczony sok owocowy, woda)</p> <p>jabłko</p>
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z jabłkiem	3	Ciasto- jabłko, mąka kukurydziana/ ryżowa/ gryczana, jajka, napój ryżowy, cukier, drożdże
	Śniadanie	Kawa zbożowa/ herbata Tosty z wędliną i warzywami	1	<p>Kawa- napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% (jęczmień, żyto), cykorii), cukier</p> <p>Chleb tostowy (mąka pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, papryka</p> <p>Herbata- herbata czarna, cukier</p> <p>Chleb tostowy (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 z indyka, pomidor, papryka</p>
Obiad	Zupa koperkowa, pieczywo Zrazy mielone w sosie myśliwskim Kasza jęczmienna Surówka z kapusty białej herbata	1,3,9,10	<p>Zupa- porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, olej rzepakowy</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Zrazy- karczek wieprzowy, jajka, bułka wrocławska (mąka pszenna, drożdże, woda, sól), papryka, pieczarka, ogórek korniszony, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, mąka pszenna, pasta kulinarna (skrobia, demi glace cielejące, aromaty (z pszenicą, selerem), olej słonecznikowy, hydrolizat białka pszennego, suszone puree czosnkowe, koncentrat pomidorowy), sól, pieprz, papryka słodka</p> <p>Kasza jęczmienna</p>	

			3,9,10	<p>Surówka- kapusta biała, papryka, marchew, cebula, oliwa, musztarda, ocet jabłkowy, sól, cukier, pieprz</p> <p>herbata- herbata, cukier</p> <p>Zupa- porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, olej rzepakowy</p> <p>chleb bezglutenowy (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)</p> <p>Zrazy- karczek wieprzowy, jaja, papryka, pieczarka, ogórek korniszony, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, pieprz, papryka słodka</p> <p>Kasza gryczana</p> <p>Surówka- kapusta biała, papryka, marchew, cebula, oliwa, musztarda, ocet jabłkowy, sól, cukier, pieprz</p> <p>herbata- herbata, cukier</p>
	Podwieczorek	banan		banan
Piątek 22.07.2022 r.	Śniadanie	Makaron na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta z zielonego groszku herbata z cytryną	1,3	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka)</p> <p>Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, zielony groszek, czosnek, bazylia, cytryna, ogórek, papryka, pomidor, sól, pieprz</p> <p>Herbata- herbata czarna, miód, cytryna</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka kukurydziana/ gryczana)</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, zielony groszek, czosnek, bazylia, cytryna, ogórek, papryka, pomidor, sól, pieprz</p> <p>Herbata- herbata czarna, miód, cytryna</p>
	Obiad	Krupnik jaglany, pieczywo Łosoś w sosie koperkowym z makaronem Surówka z pomidora i cebulki lemoniada	1,4,9 4,9	<p>Zupa-porcja rosółowa, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Łosoś w sosie- łosoś, makaron penne (mąka pszenna z semoliny), koper, mąka pszenna, olej rzepakowy, cebula, czosnek, sól, pieprz, chili, tymianek, gałka muszkatołowa</p> <p>Surówka- pomidor, cebula, szczypior, oliwa, sól</p> <p>Lemoniada- cytryny, miód</p> <p>Zupa-porcja rosółowa, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>Chleb bezglutenowy (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)</p> <p>Łosoś w sosie- łosoś, makaron (ryż), koper, olej rzepakowy, cebula, czosnek, sól, pieprz, chili, tymianek, gałka muszkatołowa</p> <p>Surówka- pomidor, cebula, szczypior, oliwa, sól</p> <p>Lemoniada- cytryny, miód</p>
	Podwieczorek	Koktajl owocowy Pałeczki kukurydziane		Koktajl- napój ryżowy, truskawki, maliny 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