

JADŁOSPIS 1-5.08.2022
Diety **bezmleczna/bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 1.08.2022 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 żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony, brzoskwinie Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, ryż, daktyle Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię (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, dżem niskosłodzony, brzoskwinie Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa ziemniaczana z groszkiem, pieczywo Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i polewa jogurtową Kompot wieloowocowy	1,3,9 9	Zupa -porcja rosółowa, ziemniaki, groszek zielony, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, czosnek, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Zapiekanka- ryż , mleko owsiane , jabłka, cukier, cynamon, cukier waniliowy Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa -porcja rosółowa, ziemniaki, groszek zielony, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, czosnek, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię (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) Zapiekanka- ryż , mleko owsiane , jogurt naturalny , jabłka, cukier, cynamon, cukier waniliowy Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Budyń czekoladowy arbuz		Budyń- mleko owsiane, kakao, cukier, mąka ziemniaczana arbuz
Wtorek 2.08.2022r.		kakao Bułka kukurydziana z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor, dżem	1	Kakao- napój ryżowy, cukier, kakao Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica indyka, sałata, ogórek, pomidor, dżem niskosłodzony Kakao- napój ryżowy, cukier, kakao Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię (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, dżem niskosłodzony
	Obiad	Zupa owocowy raj z makaronem Filet z kurczaka z grilla Ziemniaki Surówka wiosenna lemoniada	1	Zupa- makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka), wiśnie, jabłko, cukier Filet- z kurczaka, sól, pieprz, olej 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 Filet- z kurczaka, sól, pieprz, olej Ziemniaki, koper Surówka- sałata lodowa, rukola, ogórek, papryka, rzodkiewka, cebula czerwona, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier

				Lemoniada- miód, cytryny
	Podwieczorek	koktajl owocowy Biszkopty/wafle ryżowe		Koktajl- napój ryżowy, banan, truskawki Biszkopty- mąka pszenna, masa jajowa pasteryzowana, substancja słodząca – malitol Wafle ryżowe
Środa 3.08.2022 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym z rodzynkami Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, ogórek, szczypiorek, rzodkiewka Herbata	1,3,10	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki owsiane , rodzynki Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, sonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, jajka, majonez , rzodkiewka, ogórek, szczypiorek, 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% (sonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy), masło roślinne, jajka, majonez , rzodkiewka, ogórek, szczypiorek, 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, seler , cebula, por, mąka pszenna , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) pyzy- grys ziemniaczany, mąka ziemniaczana, mięso wołowo- wieprzowe, cebula, bułka tarta (mąka pszenna), 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, seler , cebula, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (sonecznik, 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 cynamonem Woda z cytryną	3	Ciasto- mąka ryżowa/ kukurydziana/ gryczana, jajka , masło roślinne, cukier, cukier waniliowy, napój ryżowy, drożdże, cynamon cytryna	
Czwartek 4.08.2022 r.	Śniadanie	Kawa zbożowa/ herbata Tosty z serem żółtym i warzywami	1	Kawa- napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% (jęczmień, żyto), cykorii), cukier Chleb tostowy (mąka pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, papryka herbata- herbata czarna, cukier Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (sonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, papryka
	Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem, pieczywo Kurczak w sosie śmietanowym Ryż Kompot z czarnej porzeczki	1,3	Zupa- zeberka wp.,szczaw, marchew, pietruszka, ziemniaki, por, seler, cebula, mąka pszenna, jajka , sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe Kurczak w sosie - filet kurczaka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, tymianek, bazylija, natka pietruszki Ryż Kompot- czarna porzeczka, cukier

			3	Zupa- żeberka wp.,szczaw, marchew, pietruszka, ziemniaki, por, seler, cebula, , jajka, śmietana 18% , sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe Kurczak w sosie - filet kurczaka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, masło 82%,mleko 2% , śmietanka słodka 18%, sól, pieprz, tymianek, bazylija, natka pietruszki Ryż Kompot- czarna porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Bułka orkiszowa z masa miodową Woda z cytryną		Bułka orkiszowa z masa miodową(masło roślinne) Woda z cytryną Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (stonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy), masło roślinne, miód Woda z cytryną
Piątek 5.08.2022 r.	Śniadanie	Płatki czekoladowe/ kukurydziane Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek herbata	1,3	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka śniadaniowa (mąka pszenna , drożdże, sól), masło 82% , polędwica z indyka, ogórek, sałata, pomidor Herbata, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (stonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy), masło roślinne, polędwica z indyka, ogórek, sałata, pomidor Herbata, cukier
			3	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Paluszki rybne z dorsza Ziemniaki z koperkiem Surówka z pomidora z cebulka Herbata z cytryną	1,3,4	Zupa- porcja rosółowa, makaron(mąka pszenna z semoliny) , marchew, pietruszka, seler, por, cebula ,koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, czosnek, lubczyk Paluszki rybne- dorsz , bułka tarta pszenna , mąka pszenna , jajka , płatki kukurydziane, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka- pomidor, cebula, szczypior, olej sól, pieprz Herbata z cytryną- herbata, miód, cytryna Zupa- porcja rosółowa, makaron ryżowy/bezglutenowy, marchew, pietruszka, seler, por, cebula ,koncentrat pomidorowy, śmietanka 18% , sól, pieprz, czosnek, lubczyk Paluszki rybne- dorsz , jajka , płatki kukurydziane, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka- pomidor, cebula, szczypior, śmietana 18% , sól, pieprz Herbata z cytryną- herbata, miód, cytryna
Podwieczorek	Mus owocowy Pączki kukurydziane	3,4	Mus owocowy 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