

JADŁOSPIS 22-26.08.2022r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłuszczeniem alergenów
Poniedziałek 22.08.2022 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem i daktylami/morelami Bułka z wędliną i warzywami Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, ryż, daktyle/morele Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło 82%, wędliną, warzywa Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, ryż, daktyle 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), masło roślinne, wędliną, warzywa Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa jarzynowa czysta, pieczywo Spaghetti Kompot wieloowocowy	1,9	Zupa -porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, cebula ,ziemniaki, natka pietruszki, sól, pieprz, cukier Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Spaghetti – makaron (mąka pszena semolina 100%), sos- karkówka wieprzowa, pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, cebula, czosnek, sól, pieprz, olej, oregano, ziola prowansalskie, bazylia Kompot- mieszanka owocowa, cukier Zupa -porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, cebula ,ziemniaki, natka pietruszki, sól, pieprz, cukier 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) Spaghetti – makaron bezglutenowy, sos- karkówka wieprzowa, pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, cebula, czosnek, sól, pieprz, olej, oregano, ziola prowansalskie, bazylia Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	Podwieczorek	Banan Wafle ryżowe		banan ryż
Wtorek 23.08.2022 r.	Śniadanie	kakao Bułka kukurydziana z masłem, ser żółty, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor	1	Kakao- napój ryżowy, cukier, kakao Bułka kukurydziana (mąka kukurydziana, pszenna, słonecznik, drożdże, sól), masło 82%, polędwica indyka, sałata, ogórek, pomidor 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, pomidor
	Obiad	Zupa krem z dyni, pieczywo Filet z kurczaka panierowany Ryż Surówka z kapusty białej, marchwi i papryki Herbata	1	Zupa- dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcza, sól, pieprz, curry, rozmaryn, pestki dyni Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Filet- piersi kurczaka, bułka tarta, jajka, mąka pszenna, tłuszcz combiflex (bezmleczny) Ryż Surówka- kapusta biała, marchew, papryka, cebula, oliwa ,musztarda, natka pietruszki, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Zupa- dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcza, mleko 2%,masło 82%, sól, pieprz, curry, rozmaryn 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

				<p>Filet- piersi kurczaka z grilla</p> <p>Ryż</p> <p>Surówka- kapusta biała, marchew, papryka, cebula, oliwa ,musztarda, natka pietruszki, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier</p>
	Podwieczorek	Bułka z masa miodową Herbata owocowa	1	<p>Bułka orkiszowa (mąka pszenna, orkiszowa, drożdże , sól), miód, masło roślinne</p> <p>Herbata owocowa, 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, miód</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
Środa 24.08.2022 r.	Śniadanie	Płatki owsiane z rodzynkami na mleku Bułka z masłem, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek, szczypior Herbata	1,3	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jaglana, rodzynek</p> <p>Bułka orkiszowa (mąka pszenna, orkiszowa, drożdże , sól),masło roślinne, jajka, rzodkiewka, ogórek, szczypior</p> <p>Herbata, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jaglane, rodzynek</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, jajka, rzodkiewka, ogórek, szczypior</p> <p>Herbata, cukier</p>
	Obiad	Żurek z jajkiem, pieczywo Pyzy z mięsem/ kluski śląskie Surówka z czerwonej kapusty Sok	1,3,9 3,9	<p>Żurek- kielbasa podwawelska, boczek wędzony, marchew, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, czosnek, żurek, jajka, sól, pieprz, majeranek</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Pyzy z mięsem- grys ziemniaczany, mąka ziemniaczana, mięso wołowo-wieprzowe, cebula, bułka tarta(mąka pszenna),drożdże, sól, pieprz, boczek wędzony, słonina, cebula</p> <p>sok (zagęszczony sok owocowy, woda)</p> <p>Żurek- kielbasa podwawelska, boczek wędzony, marchew, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, czosnek, żurek, jajka, śmietana 18%, sól, pieprz, majeranek</p> <p>chleb bezglutenowy (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>kluski śląskie – ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka, sól</p> <p>sok (zagęszczony sok owocowy, woda)</p>
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z jabłkami Soczek		Mąka kukurydziana/ryżowa, jajka, masło roślinne, cukier, cukier waniliowy, napój ryżowy, drożdże, jabłka soczek
Czwartek 25.08.2022 r.	Śniadanie	Kawa zbożowa/ herbata Bułka śniadaniowa z masłem i wędliną, sałata, ogórek, pomidor	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, ogórek, sałata</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, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, ogórek, sałata</p>
	Obiad	Zupa koperkowa, pieczywo Gulasz wieprzowy z kasza bulgur Sałatka z buraczka z jabłkiem i cebulą Kompot z czarnej porzeczki	1,9,10	<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>Gulasz- szynka wieprzowa, papryka, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna, pasta kulinarna (skrobia, demi glace cielęce, aromaty (z pszenicą, selerem), olej słonecznikowy, hydrolizat białka pszennego, suszone puree czosnkowe, koncentrat pomidorowy), sól, pieprz, papryka słodka, majeranek , tymianek</p> <p>Kasza bulgur</p> <p>Surówka- buraki, cebula, jabłka, koper ogrodowy, ocet jabłkowy, oliwa, sól, pieprz, cukier</p>

			9,10	<p>Kompot- czarna porzeczka, cukier</p> <p>Zupa- porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, olej rzepakowy</p> <p>chleb bezglutenowy (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)</p> <p>Gulasz- szynka wieprzowa, papryka, marchew, pietruszka ,cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, majeranek , tymianek</p> <p>Kasza gryczana</p> <p>Surówka- buraki, cebula, jabłka, koper ogrodowy, ocet jabłkowy, oliwa, sól, pieprz, cukier</p> <p>Kompot- czarna porzeczka, cukier</p>
	Podwieczorek	<p>Pudding mleczno-ryzowy z miodem i truskawkami</p> <p>Arbuz</p>		<p>Pudding- napój owsiany, ryż, miód, truskawki</p>
Piątek 26.08.2022 r.	Śniadanie	<p>Makaron na mleku</p> <p>Tosty z wędliną i warzywami</p> <p>Herbata</p>	1	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka)</p> <p>Chleb tostowy (mąka pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, wędlina, pomidor, ogórek, papryka</p> <p>Herbata czarna, miód,</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, makaron bezglutenowy</p> <p>Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, wędlina , warzywa</p> <p>Herbata- herbata czarna, miód,</p>
	Obiad	<p>Zupa remen</p> <p>Mielony kotlecik rybny</p> <p>Ziemniaki</p> <p>Mizeria</p> <p>Kompot wieloowocowy</p>	1,4 4	<p>Zupa-porcja rosółowa, wieprzowe żeberka, indyk skrzydło, marchew, pieczarki, cebul szalotka, jajka , szczypior, imbir, sól, pieprz, makaron ramen (mąka z pszenicy typ „0,,”, skrobia z manioku, woda)</p> <p>Kotlety- morszczuk, jajka, bułka wrocławska, bułka tarta, sól, pieprz, tłuszcz combiflex (bezmleczny)</p> <p>Ziemniaki</p> <p>Sałatka z ogórka- ogórki, cebula, szczypior, olej, sól, pieprz</p> <p>Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier</p> <p>Zupa-porcja rosółowa, wieprzowe żeberka, indyk skrzydło, marchew, pieczarki, cebul szalotka, jajka , szczypior, imbir, sól, pieprz, makaron bezglutenowy</p> <p>Kotlety- morszczuk, jajka, bułka wrocławska, bułka tarta, sól, pieprz, tłuszcz combiflex</p> <p>Ziemniaki</p> <p>Sałatka z ogórka- ogórki, cebula, szczypior, olej, sól, pieprz</p> <p>Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier</p>
	Podwieczorek	<p>Mus owocowy</p> <p>Pałeczki kukurydziane</p>		<p>Mus owocowy</p> <p>kukurydza</p>

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