

JADŁOSPIS 29.08. - 2.09.2022r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 29.08.2022 r.	Śniadanie	Makaron na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka, papryka, ogórek Herbata	1,3	Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka) Bułka orkiszowa (mąka pszenna , orkiszowa, drożdże , sól), masło roślinne , szynka sojowa, papryka, ogórek Herbata, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, makaron bezglutenowy Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, szynka, papryka, ogórek Herbata, cukier
	Obiad	Zupa ziemniaczana z kiełbasą, pieczywo Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i polewą jogurtową Lemoniada	1	Zupa – kiełbasa podwawelska, żeberka wieprzowe, ziemniaki, cebula, czosnek, olej, sól, pieprz, kminek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Zapiekanka – jabłko, ryż, napój owsiany , cukier waniliowy, cukier, cynamon Lemoniada – woda, cytryna, miód Zupa – kiełbasa podwawelska, żeberka wieprzowe, ziemniaki, cebula, czosnek, olej, sól, pieprz, 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 – jabłko, ryż, napój owsiany, cukier waniliowy, cukier, cynamon Lemoniada- cytryny, miód
	Podwieczorek	Jajko garniowane w sosie śmietanowym Herbata z cytryną	3	Jajko – Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna , graham, drożdże, sól), masło roślinne, jajka , szynka sojowa, pomidor, szczypior, majonez kielecki Herbata – woda, cukier, cytryna Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, szynka, jajka , majonez , pomidor, szczypior Herbata – herbata, cukier, cytryna
Wtorek 30.08.2022 r.	Śniadanie	kakao Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek miód	1	Kakao- napój owsiany, kakao, cukier Bułka orkiszowa (mąka pszenna , orkiszowa, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek Miód Kakao- napój owsiany, 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, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek miód
	Obiad	Zupa krupnik jęczmienny, pieczywo Kotlet schabowy Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty białej Sok	1,3,9	Zupa – żeberka, kasza jęczmienna, ziemniaki, cebula, marchew, pietruszka, seler , por, natka pietruszki, olej, sól, liście, ziele, pieprz Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet schabowy – schab wieprzowy, bułka tarta , jajka , mąka pszenna , tłuszcz combiflex (bezmleczny) Ziemniaki, koper Surówka- kapusta biała, marchew, papryka, cebula, oliwa , musztarda , natka pietruszki, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier

			1,3,9	<p>Zupa – żeberka, kasza jęczmienna, ziemniaki, cebula, marchew, pietruszka, seler, por, natka pietruszki, olej, sól, liście, ziele, pieprz</p> <p>Pieczyno bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuska), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy)</p> <p>Kotlet schabowy – schab wieprzowy, jajka, tłuszcz combiflex (bezmleczny)</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Surówka- kapusta biała, marchew, papryka, cebula, oliwa, musztarda, natka pietruszki, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier</p>
	Podwieczorek	Ciasto marchewkowe Woda z cytryną	3	<p>Ciasto- marchew, mąka ryżowa/ kukurydziana/ kokosowa, napój ryżowy, jajka, proszek do pieczenia, soda, jabłko, olej</p> <p>Woda z cytryną</p> <p>Ciasto- marchew, mąka ryżowa/ kukurydziana/ kokosowa, napój ryżowy, jajka, proszek do pieczenia, soda, jabłko, olej</p> <p>Woda z cytryną</p>
Środa 31.08.2022 r.	Śniadanie	Płatki ryżowe z morelami na mleku Bułka z masłem, twarożek, dżem, Herbata owocowa	1	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki ryżowe, morele</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, pierś z indyka, dżem</p> <p>Herbata owocowa</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki ryżowe, morele</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, pierś z indyka, pomidor, papryka, ogórek</p> <p>Herbata, cukier</p>
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, pieczywo Placki ziemniaczane Ogórek małosolny Kompot wiśniowy	1,3,9 3,9	<p>Zupa – porcja rosółowa, buraki, marchew, pietruszka, por, seler, ziemniaki, czosnek, cebula, majeranek, pieprz, sól, ocet jabłkowy, mąka pszenna, liście, ziele, natka pietruszki</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Placki ziemniaczane- ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka, pieczarki, cebula, sól, pieprz</p> <p>Ogórek małosolny</p> <p>Kompot - wiśnie, cukier</p> <p>Zupa – porcja rosółowa, buraki, marchew, pietruszka, por, seler, ziemniaki, czosnek, cebula, majeranek, pieprz, sól, ocet jabłkowy, liście, ziele, natka pietruszki</p> <p>Pieczyno bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuska), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy)</p> <p>Placki ziemniaczane- ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka, pieczarki, cebula, sól, pieprz</p> <p>Ogórek małosolny</p> <p>Kompot- wiśnie, cukier</p>
	Podwieczorek	Budyń czekoladowy Biszkopty	3	<p>Budyń – napój owsiany, kakao, mąka ziemniaczana, cukier, cukier waniliowy</p> <p>Biszkopty – mąka pszenna, masa jajeczna pasteryzowana, substancja słodząca maltitol</p> <p>Budyń – napój owsiany, kakao, mąka ziemniaczana, cukier, cukier waniliowy</p> <p>Wafle ryżowe</p>

Czwartek 1.09.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka grahamka z masłem, ser żółty, jajko, papryka, ogórek, pomidor	1,3 3	Kakao- napój ryżowy, kakao, cukier Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, jajko , pomidor, papryka, ogórek Kakao- napój ryżowy, kakao, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś kurczaka, jajko , pomidor, papryka, ogórek
	Obiad	Zupa jarzynowa z fasolką, pieczywo Kurczak w sosie słodko – kwaśnym Ryż Lemoniada	1,9 9,10	Zupa- porcja rosółowa, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, tymianek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Kurczak – pierś z kurczaka, ananas, cebula, cytryna, czosnek, koncentrat pomidorowy, kukurydza konserwowa, marchew, pietruszka, papryka, olej, por, seler , sól, papryka słodka, pieprz, kolendra, imbir, mąka ziemniaczana Ryż Lemoniada – woda, cytryna, miód Zupa- porcja rosółowa, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, tymianek 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) Kurczak – pierś z kurczaka, ananas, cebula, cytryna, czosnek, koncentrat pomidorowy, kukurydza konserwowa, marchew, pietruszka, papryka, olej, por, seler , sól, papryka słodka, pieprz, kolendra, imbir, mąka ziemniaczana Ryż Lemoniada – woda, cytryna, miód
	Podwieczorek	Bułka z masą miodową Herbata miętowa		Bułka orkiszowa (mąka pszenna , orkiszowa, drożdże, sól), masło roślinne , miód Herbata miętowa Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, miód Herbata miętowa
Piątek 2.09.2022 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym Tosty z wędliną i warzywami herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój ryżowy, płatki kukurydziane Chleb tostowy (mąka pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, wędlina, pomidor, ogórek, papryka Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna - napój ryżowy, płatki kukurydziane Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, wędlina, pomidor, ogórek, papryka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pieczarkowa, pieczywo Gulasz wieprzowy Kasza gryczana Surówka z czerwonej kapusty Herbata	1,9	Zupa- porcja rosółowa, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, mąka pszenna , sól, pieprz Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Gulasz – szynka wieprzowa, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, mąka pszenna , sól, olej, papryka czerwona, papryka słodka, pieprz, tymianek, majeranek, pasta kulinarna Kasza gryczana Surówka- kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier Herbata - herbata, cukier

			9	Zupa- porcja rosółowa, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, sól, pieprz 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) Gulasz – szynka wieprzowa, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, sól, olej, papryka czerwona, papryka słodka, pieprz, tymianek, majeranek, pasta kulinarna Kasza gryczana Surówka- kapusta czerwona, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier Herbata
	Podwieczorek	Rogal maślany Woda z pomarańczą Bułeczka drożdżowa Woda z pomarańczą		Rogal (mąka pszenna , drożdże, jajka , cukier) Woda, pomarańcza Mąka kukurydziana/ryżowa, jajka, masło roślinne, cukier, cukier waniliowy, napój ryżowy, drożdże, jabłka Woda, pomarańcza, cukier

Produkty powodujące alergię 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