

JADŁOSPIS 10 – 14.10.2022 r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 10.10.2022 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym z daktylami Bułka z masłem roślinnym, pierś indyka/ kurczaka, ogórek Herbata	1	Zupa - napój owsiany, ryż, daktyle Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , razowa , pszenna , woda, drożdże, sól), masło roślinne, pierś indyka/ kurczaka, ogórek Herbata czarna, cukier Zupa- napój owsiany, ryż, daktyle Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś indyka/ kurczaka, ogórek Herbata czarna, cukier
	Obiad	Krem z dyni z grzankami Makaron z truskawkami Kompot malinowy Jabłko	1,9 9	Zupa- dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, sól, pieprz, curry, chili, rozmaryn Chleb tostowy (mąka pszenna , drożdże, woda, sól) Makaron z truskawkami- makaron świderki (mąka pszenna durum), truskawki, miód Kompot- maliny, cukier Jabłko Zupa- dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, masło 82%, mleko 2%, sól, pieprz, curry, chili, rozmaryn 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) Makaron z truskawkami – makaron bezglutenowy, truskawki, miód Kompot- maliny, cukier Jabłko
	Podwieczorek	Rogal/ bułka Soczek	1,3	Rogal - mąka pszenna woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy Soczek Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), miód Soczek
Wtorek 11.10.2022 r.	Śniadanie	Kawa inka Bułka z masłem roślinnym, wędlina, pomidor, papryka, ogórek	1	Kawa inka – napój owsiany, kawa inka Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, zielony groszek, czosnek, cytryna, pomidor, papryka, ogórek Kawa inka – napój owsiany, kawa inka 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, papryka, ogórek

	Obiad	Krupnik jęczmienny/jaglany, pieczywo Gnocchi w sosie truflowym z kurczakiem i pieczarkami Kompot agrestowy	1,3,10	Zupa - zeberka, kasza jęczmienna , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Gnocchi (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, olej słonecznikowy, zagęszczacz, białko jaja w proszku, sól), filet z kurczaka, pieczarka, cebula, czosnek, pomidory suszone, olej rzepakowy, mąka pszenna , krem truflowy (grzyby, czarne trufle, pietruszka, aromat truflowy, aromat borowikowy, czosnek, pieprz, starty chleb, woda, olej słonecznikowy, sól), sól, pieprz, chili, gałka muskatołowa Kompot – agrest, cukier
			3	Zupa - zeberka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie 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) Gnocchi (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, olej słonecznikowy, zagęszczacz, białko jaja w proszku, sól), filet z kurczaka, pieczarka, cebula, czosnek, pomidory suszone, śmietanka 18%, mleko 2%, olej rzepakowy, masło 82%, krem truflowy (grzyby, czarne trufle, pietruszka, aromat truflowy, aromat borowikowy, czosnek, pieprz, starty chleb, woda, olej słonecznikowy, sól), sól, pieprz, chili, gałka muskatołowa Kompot – agrest, cukier
	Podwieczorek	Pudding mleczno- ryżowy z miodem i truskawkami Wafle ryżowe	1	Pudding - mleko owsiane , ryż, truskawki, miód Wafle (ryż)
Środa 12.10.2022 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta paprykowa, ogórek, szczypior Herbata z cytryną	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior, oliwa, sól, pieprz Herbata czarna, cytryna, cukier
	Obiad	Zupa gulaszowa Pierogi ruskie ze słoniną Mandarynka Kompot truskawkowy	1,9	Zupa – karczek wieprzowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, pieczarki, papryka, czosnek, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, tymianek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Pierogi - ziemniaki, mąka pszenna , cebula, olej, sól, pieprz czarny, słonina, boczek Mandarynka Kompot – truskawki, cukier

			7,9	Zupa – karczek wieprzowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, pieczarki, papryka, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, tymianek Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej) Pierogi – ziemniaki, twaróg biały , mąka kukurydziana , cebula, olej, sól, pieprz czarny, słonina, boczek Mandarynka Kompot- truskawki, cukier
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe dyniowe Lemoniada	1,3 3,7	Ciasto - mąka pszenna , dynia, napój owsiany, cukier, jaja , masło roślinne, drożdże, cukier waniliowy Lemoniada- cytryna, miód Ciasto – mąka kukurydziana, dynia, mleko 2%, cukier, jaja , masło 82%, drożdże, cukier waniliowy Lemoniada- cytryna, miód
czwartek 13.10.2022 r.	Śniadanie	Kakao bułka orkiszowa z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek	1	Kakao - napój owsiany, kakao Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , razowa , pszenna , woda, drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier Kakao - napój ryżowy, kakao 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 kurczaka, sałata, ogórek
	Obiad	Zupa ogórkowa, pieczywo Kotlet pożarski Ziemniaki z koprem Surówka Colesław Kompot z czarnej porzeczki	1,3,9 3,9	Zupa - kura porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler , ogórek kiszony, cebula, koper, mąka pszenna , olej, natka pietruszki, por, ziemniaki, pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet - kurczak, jaja , czosnek, cebula, bułka tarta , pietruszka natka, bułka wrocławska , tłuszcz, sól, pieprz naturalny Ziemniaki z koprem Surówka - kapusta biała, marchew, cebula, chrzan, cukier, koper, majonez, ocet jabłkowy, sól Kompot – czarna porzeczka, cukier Zupa - kura porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler , ogórek kiszony, cebula, koper, olej, natka pietruszki, por, śmietana 18%, ziemniaki, pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie 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) Kotlet - kurczak, jaja , czosnek, cebula, pietruszka natka, tłuszcz, sól, pieprz naturalny Ziemniaki z koprem Surówka - kapusta biała, marchew, cebula, chrzan, cukier, koper, majonez, ocet jabłkowy, sól Kompot – czarna porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Kostka z kaszy z musem malinowym		Kostka – napój owsiany, kasza manna , maliny, cukier

		Winogron		Winogron Kostka – napój ryżowy, kasza jaglana, maliny, cukier Winogron
Piątek 14.10.2022 r.	Śniadanie	Kasza/ ryż na mleku roślinnym z rodzynekami	1,3	Zupa - napój owsiany, kasza jęczmienna , rodzyнки Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, jaja, ogórek, rzodkiewka, sól, pieprz Herbata czarna, cytryna, cukier
		Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek, szczypior Herbata z cytryną	3	Zupa - napój owsiany, ryż, rodzyнки Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jaja , ogórek, rzodkiewka, sól, pieprz Herbata czarna, cytryna, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Kotlecik rybny Ziemniaki z koperkiem Surówka z czerwonej kapusty Kompot wieloowocowy Gruszka	1,4,9 4,9	Zupa - porcja kurczaka, makaron ryż biały, marchew, pietruszka, seler , cebula, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , natka pietruszki, sól, pieprz Kotlecik - miruna , jajka , bułka tarta , cebula, czosnek, koper, bułka wrocławska , tłuszcz, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - czerwona kapusta, jabłko, cebula, cukier, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, sól Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier Gruszka Zupa- porcja kurczaka, ryż, marchew, pietruszka, seler , cebula, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, sól, pieprz Kotlecik – miruna , jajka , , cebula, czosnek, koper, tłuszcz, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - czerwona kapusta, jabłko, cebula, cukier, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, sól Kompot – mieszanka wieloowocowa, cukier Gruszka
Podwieczorek	koktajl owocowy banan		Koktajl - napój ryżowy, truskawki, maliny, miód Banan Koktajl - napój ryżowy, truskawki, maliny, miód Banan	

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