

JADŁOSPIS 31.10. – 4.11.2022 r.				
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa				
DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 31.10.2022 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata	1	Zupa - napój owsiany, ryż Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól,) masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata czarna, cukier Zupa - napój owsiany, ryż 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, pomidor, ogórek Herbata czarna, cukier
	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką, pieczywo Zapiekanka makaronowa Kompot agrestowy	1,6,9,10 7,9	Zupa - porcja kurczaka, kalafior, brokuł, brukselka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koper, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Zapiekanka - makaron (mąka pszenna durum), kiełbasa podwawelska, pieczarka, natka pietruszki, cebula, cukinia, czosnek, papryka, olej, Kompot – agrest, cukier Zupa - Zupa - porcja kurczaka, kalafior, brokuł, brukselka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koper, śmietana 18%, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy 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 – makaron bezglutenowy, kiełbasa podwawelska, pieczarka, natka pietruszki, cebula, cukinia, czosnek, papryka, olej, ser królewski (mleko , sól, chlorek wapnia, kultury bakterii), Kompot – agrest, cukier
	Podwieczorek	Budyń czekoladowy Biszkopty/ wafle ryżowe	1,3	Budyń – napój owsiany, kakao, mąka ziemniaczana, mąka pszenna , cukier Biszkopty – mąka pszenna , masa jajowa pasteryzowana, woda, maltitol Budyń – napój ryżowy, kakao, mąka ziemniaczana, , cukier Wafle ryżowe
Środa 2.11.2022 r.	Śniadanie	Płatki owsiane/ gryczane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata z cytryną	1	Zupa - napój owsiany, płatki owsiane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier, cytryna Zupa - napój owsiany, płatki gryczane Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier, cytryna

	Obiad	Krupnik jaglany, pieczywo Makaron pennette w sosie carbonara Kompot z czarnej porzeczki Mandarynka (50g)	1,3,9	Zupa – porcja rosółowa, kasza jaglana, marchew, ziemniaki, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, olej Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron - makaron pennette (mąka pszenna durum, jaja), szynka, cebula, czosnek, mąka pszenna , olej, pietruszka natka, boczek wędzony, tymianek, pieprz Kompot - czarna porzeczka, cukier Mandarynka
			3,7,9	Zupa – porcja rosółowa, kasza jaglana, marchew, ziemniaki, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, olej 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 – makaron bezglutenowy, szynka, cebula, czosnek, mleko 2% , olej, pietruszka natka, boczek wędzony, śmietanka słodka, ser żółty (mleko pasteryzowane, kultury bakterii, białka jaja kurzego), tymianek, pieprz Kompot - czarna porzeczka, cukier Mandarynka
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy Chrupki kukurydziane		Koktajl – napój owsiany, truskawki, cukier Chrupki (kukurydza) Koktajl – napój owsiany, truskawki, cukier Chrupki (kukurydza)
Czwartek 3.11.2022 r.	Śniadanie	Kakao bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, szczypiorek, rzodkiewka, ogórek	1,3 3	Kakao - napój owsiany, kakao Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, jaja , rzodkiewka, ogórek, szczypiorek, czosnek, sól, pieprz Zupa - 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, jaja , rzodkiewka, ogórek, szczypiorek, czosnek, sól, pieprz
	Obiad	Zupa kalafiorowa, pieczywo Kotlet mielony Ziemniaki z koprem Buraczki zasmażane Kompot wieloowocowy	1,3,9 3,7,9	Zupa - porcja rosółowa, kalafior, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, ziemniaki, mąka pszenna , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól Chleb pszenno - żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet – topatka wieprzowa, jajka , cebula, czosnek, bułka tarta pszenna , bułka wrocławska , tłuszcz combiflex, sól, pieprz Ziemniaki z koprem Buraczki – buraki, mąka pszenna , ocet jabłkowy, cukier, cebula, czosnek, koper, sól Kompot – mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa - porcja rosółowa, kalafior, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, ziemniaki, śmietana 18%, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól

				<p>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)</p> <p>Kotlet – łopatka wieprzowa, jajka, cebula, czosnek, tłuszcz combiflex, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki z koprem</p> <p>Buraczki – buraki, masło 82%, ocet jabłkowy, cukier, cebula, czosnek, koper, sól</p> <p>Kompot – mieszanka wieloowocowa, cukier</p>
	Podwieczorek	Jogurt owocowy Banan	7	<p>Koktajl – napój owsiany, truskawki, cukier</p> <p>Banan</p> <p>Jogurt - (mleko pasteryzowane, cukier, substancje zagęszczające: pektyna, guma guar, żywe kultury bakterii jogurtowych, owoce)</p> <p>Banan</p>
Piątek 4.11.2022 r.	śniadanie	Makaron na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś kurczaka, rzodkiewka, ogórek Herbata owocowa	1,3	<p>Zupa - napój owsiany, makaron (mąka pszenna, jaja)</p> <p>Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, szczypior, rzodkiewka, ogórek</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p> <p>Zupa - napój ryżowy, makaron bezglutenowy</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 kurczaka, szczypior, rzodkiewka, ogórek</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
	Obiad	Zupa rybna, pieczywo Kopytka z sosem pieczarkowym Kompot śliwkowy Gruszka	1,3,4,9 3,4,7,9	<p>Zupa - dorsz, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, jajka, cebula, czosnek, olej, pieczarka, natka pietruszki, tymianek</p> <p>Kompot – śliwki, cukier</p> <p>Gruszka</p> <p>Zupa- dorsz, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>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)</p> <p>Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka, cebula, czosnek, olej, masło 82%, pieczarka, natka pietruszki, tymianek śmietanka 18%,</p> <p>Kompot - śliwki, cukier</p> <p>Gruszka</p>
	Podwieczorek	Soczek jabłkowy Rogal maślany/ bułka bezglutenowa	1,3	<p>Soczek (sok jabłkowy 100% z zagęszczonego soku, witamina C)</p> <p>Rogal maślany (mąka pszenna, woda, jajka, drożdże, olej rzepakowy)</p> <p>Soczek (sok jabłkowy 100% z zagęszczonego soku, witamina C)</p>

				Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej)
--	--	--	--	--

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
* jadalospis może ulec zmianie