

JADŁOSPIS 7 – 10.11.2022 r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 7.11.2022 r.	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, pomidor, ogórek, papryka Herbata z cytryną	1	Zupa - napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, pomidor, ogórek, papryka Herbata czarna, cukier, cytryna Zupa - napój owsiany, płatki czekoladowe 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, pomidor, ogórek, papryka Herbata czarna, cukier, cytryna
	Obiad	Zupa krem z kalafiora, pieczywo Spaghetti bolognese Kompot agrestowy Mandarynka (50g)	1,9 7,9	Zupa krem - kalafior, ziemniaki, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Spaghetti bolognese- makaron (mąka pszenna semolina), łopatka wołowa, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, bazylija, oregano, zioła prowansalskie Kompot - agrest, cukier Mandarynka Zupa krem - kalafior, ziemniaki, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, mleko 2%, masło 82%, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy 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) Spaghetti bolognese- makaron bezglutenowy, łopatka wołowa, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, ser żółty (mleko , sól, podpuszczka), sól, pieprz, bazylija, oregano, zioła prowansalskie Kompot - agrest, cukier Mandarynka
	Podwieczorek	Budyń waniliowy z brzoskwinią Banan	1	Budyń – napój owsiany, mąka ziemniaczana, mąka pszenna , brzoskwinie, laska wanilii Banan Budyń – napój ryżowy, mąka ziemniaczana, brzoskwinie, laska wanilii Banan
	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, pasta paprykowa, ogórek, szczypior	1	Kakao - napój owsiany, kakao Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior, czosnek, oliwa, sól, pieprz

Wtorek 8.11.2022 r.				<p>Kakao - napój ryżowy, kakao</p> <p>Bułka bezglutenowa (woda, skrobienie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior, czosnek, oliwa, sól, pieprz</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
	Obiad	<p>Zupa jarzynowa z brukselką i pomidorami, pieczywo</p> <p>Kurczak w kremowym sosie śmietanowym,</p> <p>Ryż</p> <p>Surówka z buraczka z jabłkiem</p> <p>Kompot wieloowocowy</p>	1,9	<p>Zupa - porcja rosółowa, makaron kuleczki (mąka pszenna semolina), pomidory pelati, brukselka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Kurczak w sosie- filet kurczaka, cebula, czosnek, natka pietruszki, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, bazyli</p> <p>Ryż</p> <p>Surówka – burak, cebula, cukier, czosnek, jabłko, koper ogrodowy, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, sól, pieprz</p> <p>Kompot- czerwona porzeczka, cukier</p>
			7,9	<p>Zupa - porcja rosółowa, makaron bezglutenowy, pomidory pelati, brukselka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobienie (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>Kurczak w sosie- filet kurczaka, cebula, czosnek, natka pietruszki, śmietanka 18%, mleko 2%, masło 82%, olej rzepakowy, sól, pieprz, bazyli</p> <p>Ryż</p> <p>Surówka – burak, cebula, cukier, czosnek, jabłko, koper ogrodowy, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, sól, pieprz</p> <p>Kompot- mieszanka kompotowa, cukier</p>
	Podwieczorek	Deser z galaretką i truskawkami		<p>Deser - napój ryżowy, truskawki, cukier, żelatyna, laska wanilii</p> <p>Deser - napój ryżowy, truskawki, cukier, żelatyna, laska wanilii</p>
Środa 9.11.2022 r.	Śniadanie	<p>Płatki na mleku roślinnym</p> <p>bułka z masłem roślinnym, szynka, pomidor, ogórek</p> <p>herbata z cytryną</p>	1,6,9,10	<p>Zupa- napój owsiany, płatki owsiane</p> <p>Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, pomidor, ogórek, szczypior</p> <p>Herbata czarna, cukier, cytryna</p>
	Obiad	<p>Barszcz ukraiński, pieczywo</p> <p>Pyzy z mięsem</p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego, jabłka, cebuli</p> <p>Sok jabłkowy</p>	1,3,9,10	<p>Zupa - żeberka, buraki, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, czosnek, kapusta, natka pietruszki, mąka pszenna, ocet jabłkowy, śliwki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek</p> <p>Pyzy – gryz ziemniaczany, mąka ziemniaczana, mięso wołowo – wieprzowe, cebula, bułka tarta pszenna, drożdże, sól, pieprz, boczek wędzony, słonina, cebula</p>

			3,9,10	<p>Surówka - ogórek kiszony, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz Sok – sok jabłkowy 100% z zagęszczonego soku, witamina C</p> <p>Zupa - żeberka, buraki, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, czosnek, kapusta, natka pietruszki, ocet jabłkowy, śliwki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek</p> <p>Pyzy – gryz ziemniaczany, mąka ziemniaczana, mięso wołowo – wieprzowe, cebula, drożdże, sól, pieprz, boczek wędzony, słonina, cebula</p> <p>Surówka - ogórek kiszony, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, cukier, pieprz Sok – sok jabłkowy 100% z zagęszczonego soku, witamina C</p>
	Podwieczorek	Kostka z kaszy jaglanej z musem malinowym lemoniada		<p>Kostka - kasza jaglana, napój owsiany, cukier, maliny Lemoniada- cytryny, miód</p> <p>Kostka- kasza jaglana, napój ryżowy, cukier, maliny Lemoniada- cytryny, pomarańcze</p>
Czwartek 10.11.2022 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, jajko, sałata, ogórek, pomidor	1,3	<p>Kakao - napój owsiany, kakao Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, jaja, sałata, ogórek, pomidor</p>
			3	<p>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, jaja, sałata, ogórek, pomidor Herbata czarna, cukier</p>
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Kotlet schabowy Ziemniaki z koperem Surówka z czerwonej kapusty Kompot malinowy	1,3,9	<p>Zupa - porcja kurczaka, makaron (mąka pszenna, jaja), marchew, pietruszka, seler, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, natka pietruszki, sól, pieprz Kotlet – schab, bułka tarta pszenna, mąka pszenna, jajka Ziemniak, koper Surówka z czerwonej kapusty - Surówka – czerwona kapusta, jabłko, cebula, cukier, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, sól Kompot - maliny, cukier</p>
3,7,9			<p>Zupa - porcja kurczaka, makaron bezglutenowy, marchew, pietruszka, seler, cebula, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%, natka pietruszki, sól, pieprz Kotlet – schab, jajka Ziemniak, koper Surówka – czerwona kapusta, jabłko, cebula, cukier, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, sól Kompot - maliny, cukier</p>	
Podwieczorek	Tosty z wędliną, pomidor Herbata z cytryna	1	<p>Tosty- chleb tostowy (mąka pszenna, woda, drożdże), masło roślinne, polędwica z indyka, papryka, pomidor Herbata czarna, cukier, cytryna</p>	

				Tosty- chleb tostowy (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), 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, papryka, pomidor Herbata czarna, cukier, cytryna
--	--	--	--	--

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**