

JADŁOSPIS 28.11-2.12.2022 r.
Dieta **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytłuszczeniem alergenów
Poniedziałek 28.11.2022 r.	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, wędlina, pomidor, ogórek, sałata Herbata	1	Zupa – napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło 82%, polędwica z indyka wędzona, pomidor, ogórek, sałata Herbata, cukier Zupa – napój migdałowy, płatki czekoladowe bezglutenowe 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 wędzona, pomidor, ogórek, sałata Herbata, cukier
	Obiad	Zupa krem z dyni, pieczywo Makaron z boczkiem Kompot agrestowy Gruszka (100 g)	1,3 7	Zupa – dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, sól, pieprz, curry, chili, rozmaryn Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron – makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka), boczek, słonina Kompot – agrest, cukier Gruszka Zupa – dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, masło 82%, mleko 2%, sól, pieprz, curry, chili, rozmaryn 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) Makaron – makaron bezglutenowy, boczek, słonina Gruszka
	Podwieczorek	Budyń waniliowy z brzoskwinią Pałki kukurydziane		Budyń- napój owsiany, mąka ziemniaczana, cukier, laska wanilii, brzoskwinie Kukurydza Budyń- napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier, laska wanilii, brzoskwinie Kukurydza
Wtorek 29.11.2022 r.	Śniadanie	Kawa inka na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś kurczaka/ser żółty, sałata, ogórek	1 7	Inka - napój owsiany, kawa inka, cukier Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, pierś kurczaka wędzona, sałata, ogórek Inka - napój owsiany, kawa inka, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, ser żółty (mleko , sól, chlorek wapnia, kultury bakterii), sałata, ogórek

	Obiad	Rosół domowy z makaronem i natką pietruszki Gulasz wołowy Kasza pęczak Surówka z sałaty lodowej Kompot malinowy	1,3,9	Zupa -porcja rosółowa, makaron (mąka pszenna durum), marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Gulasz – wołowina łopotka, marchew, pietruszka, papryka czerwona, pieczarka, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , olej, papryka słodka, pieprz, sól, tymianek Kasza pęczak Surówka – sałata lodowa, papryka czerwona, ogórek zielony, rzodkiewka, koper, szczypior, oliwa, sól
			3,9	Zupa - porcja rosółowa, makaron bezglutenowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Gulasz – wołowina łopotka, marchew, pietruszka, papryka czerwona, pieczarka, cebula, koncentrat pomidorowy, śmietanka słodka 18%, olej, papryka słodka, pieprz, sól, tymianek Kasza jaglana Surówka- sałata lodowa, papryka czerwona, ogórek zielony, rzodkiewka, koper, szczypior, oliwa, ocet jabłkowy, sól Kompot - maliny, cukier
	Podwieczorek	Koktajl owocowy Andruty / Wafle ryżowe		Koktajl – napój owsiany, śliwka, truskawki, wiśnia, porzeczka czarna i czerwona, cukier Andruty – woda, cukier, mąka pszenna, olej Koktajl – napój migdałowy, śliwka, truskawki, wiśnia, porzeczka czarna i czerwona, cukier Wafle – ryż
Środa 30.11.2022 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku roślinnym Bułka z masłem, pasta jajeczna, rzodkiewka, szczypior, ogórek Herbata z cytryną	1,3	Zupa- napój owsiany, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), masło roślinne, jajka , majonez, rzodkiewka, ogórek, szczypior Herbata, cytryna, cukier
			3	Zupa- napój ryżowy, kasza jaglana Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajka , majonez, rzodkiewka, ogórek, szczypior Herbata, cytryna, cukier
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, pieczywo Kopytka z sosem pieczarkowym Kompot wieloowocowy	1,3,9	Zupa - porcja rosółowa, burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, mąka pszenna , natka pietruszki, por, ocet jabłkowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna , jajka , cebula, czosnek, olej, pieczarka, natka pietruszki, tymianek Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier
			3,7,9	Zupa - porcja rosółowa, burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, natka pietruszki, por, śmietana 18%, ocet jabłkowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek 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) Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka , cebula, czosnek, olej, masło 82%, pieczarka, natka pietruszki, tymianek, śmietanka 18% Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier

	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy Biszkopty / wafle kukurydziane	1,3	Kisiel – truskawki, mąka ziemniaczana, cukier Biszkopty – mąka pszenna , jajka Kisiel – truskawki, mąka ziemniaczana, cukier Wafle – kukurydza
Czwartek 2.12.2021 r.	Śniadanie	Kakao na mleku roślinnym Bułka z masłem, pierś z kurczaka, sałata, ogórek	1	Kakao - napój owsiany, kakao, cukier Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata owocowa, cukier Kakao - napój ryżowy, kakao 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
	Obiad	Zupa ogórkowa, pieczywo Kotlet mielony z pieca Ziemniaki z koprem Buraczki zasmażane Lemoniada	1,3,9 3,7,9	Zupa – kura porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler , ogórek kiszony, cebula, koper, mąka pszenna , olej, natka pietruszki, por, ziemniaki, pieprz naturalny, liść lauowy, ziele angielskie Chleb pszenno - żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet – łopatka wieprzowa, jajka , cebula, czosnek, bułka tarta pszenna , bułka wrocławska , tłuszcz combiflex, sól, pieprz Ziemniaki, koper Buraczki – buraki, masło 82%, mąka pszenna , ocet jabłkowy, cukier, cebula, czosnek, koper, sól Lemoniada – pomarańcza, cytryna, woda Zupa – kura porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler , ogórek kiszony, cebula, koper, olej, natka pietruszki, por, śmietana 18%, ziemniaki, pieprz naturalny, liść lauowy, ziele angielskie 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) Kotlet – łopatka wieprzowa, jajka , cebula, czosnek, tłuszcz combiflex, sól, pieprz Ziemniaki, koper Buraczki – buraki, masło 82%, ocet jabłkowy, cukier, cebula, czosnek, koper, sól Lemoniada – pomarańcza, cytryna, woda
	Podwieczorek	Koktajl owocowy Banan		Koktajl - napój owsiany, truskawki, Banan Koktajl- napój ryżowy, truskawki, Banan
Piątek 3.12.2021 r.	Śniadanie	Płatki jęczmienne/gryczane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta z zielonego groszku, ogórek, pomidor, papryka Herbata z cytryną	1	Zupa - napój owsiany, płatki jęczmienne Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, groszek zielony, czosnek, bazylia, cytryna, sól, pieprz, pomidor, ogórek, papryka Herbata czarna, miód, cytryny Zupa - napój ryżowy, 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, groszek zielony, czosnek, bazylia, cytryna, sól, pieprz, pomidor, ogórek, papryka Herbata czarna, miód, cytryny

	Obiad	Zupa kalafiorowa Łosoś w sosie śmietanowo koperkowym z makaronem penne Kompot truskawkowy Mandarynka (50g)	1,4,9	Zupa- porcja rosółowa, kalafior, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, ziemniaki, mąka pszenna , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól Ryba - łosoś , cebula, czosnek, koper ogrodowy, tymianek, pieprz, cytryna, mąka pszenna , sól, pieprz, gałka muskatołowa, chili, makaron penne (mąka pszenna semolina) Kompot – truskawki, cukier Mandarynka
			4,7,9	Zupa - porcja rosółowa, kalafior, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, ziemniaki, śmietana 18%, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól Ryba - łosoś , cebula, czosnek, koper ogrodowy, tymianek, pieprz, cytryna, sól, pieprz, gałka muskatołowa, chili makaron penne bezglutenowy Kompot – truskawki, cukier
	Podwieczorek	Bułka maślana/ bułka bezglutenowa Herbata miętowa	1,3	Bułka maślana (mąka pszenna , jajka , drożdże, olej rzepakowy) Herbata – mięta, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobienie kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej) Herbata - mięta, cukier

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