

JADŁOSPIS 23-27.11

DIETA BEZMLECZNA

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 23.11.2020	ŚNIADANIE*	Bułka siedlecka z polędwicą drobiową, ogórek Herbata owocowa	1	Bułka siedlecka- mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, mąka żytnia , sól, oleje roślinne polędwica z indyka, ogórek herbata owocowa, cukier
	OBIAD	Zupa jarzynowa z pieczywem Filet kurczaka z grilla z warzywami i kaszą pęczak Kompot wiśniowy	1,3,9	Zupa-korpus kurczaka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , kalafior, fasolka, por, cebula, sól, pieprz, ziele ang, liść laurowy Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól. Filet kurczaka, kasza pęczak, marchew, brokuł, zielony groszek Kompot- wiśnie, cukier
	PODWIECZOREK*	Jabłko pieczone z powidłami śliwkowymi Wafle ryżowe		Jabłko, powidła śliwkowe niskosłodzone, rodzynki ryż
Wtorek 24.11.2020	ŚNIADANIE*	Bułka kajzerka z pastą z soczewicy, sałatą i rzodkiewką Herbata owocowa	1	Bułka kajzerka- mąka pszenna , woda, drożdże, mąka ziemniaczana, mąka żytnia , oleje roślinne, sól, cukier Soczewica, papryka, pestki dyni, oliwa, sałata, rzodkiewka Herbata owocowa, cukier
	OBIAD	Zupa fasolowa z pieczywem mieszanym Gołąbki rzymskie z ryżem i mięsem w sosie pomidorowym Ziemniaki z koperkiem Surówka z ogórka kiszzonego Kompot wieloowocowy	1,9	Zupa- fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól Chleb wieloziarnisty- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, mieszanka wieloziarnista , płatki owsiane, drożdże, sól Gołąbki- karczek wp, kapusta biała, ryż biały, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna Ziemniaki, koper Surówka- ogórek kwaszony, jabłko, cebula, oliwa z oliwek Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Focaccia warzywna Woda z cytryną	1	Mąka pszenna , drożdże, pieczarki, cebula, czosnek, papryka, sól, cukier, oregano Cytryna
Środa 25.11.2020	ŚNIADANIE*	Bułka wieloziarnista z wędzoną szynką, sałatą i papryką Herbata z cytryną	1	Bułka wieloziarnista- mąka pszenna , woda, mieszanka wieloziarnista (ziarno słonecznika, siemię lniane, mąka żytnia , otręby pszenne , cukier, sól), drożdże, mąka ziemniaczana, mąka żytnia szynka sołtysa, sałata, papryka Herbata, miód, cytryna

	OBIAD	Rosół Udko pieczone tandori ryż mieszany Surówka z kapusty pekińskiej Kompot truskawkowy	1,3,9	Zupa- makaron (mąka durum, jaja), marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koper, natka pietruszki Udko kurczaka, czosnek, curry, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz, chili w płatkach Ryż biały i brązowy Surówka- kapusta pekińska, papryka, rzodkiewka, ogórek, szczypior, oliwa, cytryna, cukier Kompot- truskawka, cukier
	PODWIECZOREK*	Chałka, herbata owoc	1	Chałka- mąka pszenna , woda, cukier, margaryna, drożdże, jaja, mąka żytnia , sól Herbata, cukier mandarynka
Czwartek 26.11.2020	ŚNIADANIE*	Bułka grahamka z jajkiem, sałatą i pomidorem Herbata owocowa	1	Bułka grahamka- pszenna , mąka pszenna graham , mąka żytnia , woda, drożdże, oleje roślinne jajka, sałata, pomidor Herbata owocowa, cukier
	OBIAD	Zupa krem z dyni z grzankami Polędwiczki pieczone z pieca Kasza jęczmienna Surówka z selera Kompot porzeczkowy	1	Zupa- korpus kurczaka, dynia, ziemniaki, marchew, pomarańcze, cebula, czosnek, sól, pieprz, curry, chili, polędwiczki wieprzowe, sól, pieprz, kolendra, olej Kasza jęczmienna Surówka- seler, jabłko, rodzynka, oliwa Kompot- porzeczka czerwona, cukier
	PODWIECZOREK*	Makaron z musem truskawkowym Woda z cytryną	1	Makaron świderki (mąka durum, jaja), truskawka, cukier Cytryna
Piątek 27.11.2020	ŚNIADANIE*	Jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor bułka kajzerka Herbata z cytryną	1,3	Jaja , szczypior, olej rzepakowy, pomidor Bułka kajzerka- mąka pszenna , woda, drożdże, mąka ziemniaczana, mąka żytnia , oleje roślinne, sól, cukier herbata, cytryna, miód
	OBIAD	Zupa ogórkowa z pieczywem Ryba w sosie koperkowym Ziemniaki Surówka z kiszonej kapusty Kompot wieloowocowy	1,4,9	Zupa- ogórek kiszony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól Morszczuk , koper, mąka pszenna Ziemniaki, koper Surówka- kapusta kiszona, marchew, jabłko, oliwa, cukier, sól Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Śliwki zapiekane pod kruszonką z płatków owsianych	1	Śliwki, płatki owsiane , cukier, masło , mąka razowa , mąka pszenna , 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- tubin, 14- mięczaki

***dotyczy dzieci w przedszkolu**

***jadłospis może ulec zmianie**