

JADŁOSPIS 23-27.01.2023 r.

Diety **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 23.01.2023 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka/ połędwica z indyka, pomidor, ogórek, szczypior Herbata z cytryną	1,6,9,10	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa, pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, <b>szynka</b> wieprzowa, pomidor, ogórek, szczypior Herbata czarna, miód, cytryny  Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, połędwica z indyka, pomidor, ogórek, szczypior Herbata czarna, miód, cytryny
	Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem, pieczywo Zapiekanka makaronowa Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,9,10   7,9,10	Zupa - porcja kurczaka, groszek, fasolka szparagowa, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koper, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie chleb (mąka <b>pszenna</b> , woda, sól, drożdże) Zapiekanka - makaron świderki (mąka pszenna <b>durum, jaja</b> ), kiełbasa podwawelska, papryka, pieczarki, cukinia,, natka pietruszki, cebula, czosnek, olej Kompot- czerwona porzeczka, cukier  Zupa - porcja kurczaka, brukselka, brokuł, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koper, <b>śmietana</b> 18%, sól, pieprz, 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) Zapiekanka - makaron bezglutenowy, kiełbasa podwawelska, papryka, pieczarki, cukinia, ser żółty ( <b>mleko</b> , sól, chlorek wapnia, kultury bakterii), natka pietruszki, cebula, czosnek, olej Kompot- czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z jabłkiem Soczek	1,3  3	Ciasto - jabłka, mąka <b>pszenna, jaja, masło</b> roślinne, napój owsiany, drożdże, cukier Pomarańczowy, jabłkowy, wieloowocowy  Ciasto - jabłka, mąka jaglana, <b>jaja</b> , masło roślinne, napój migdałowy, drożdże, cukier Pomarańczowy, jabłkowy, wieloowocowy
Wtorek 24.01.2023 r.	Śniadanie	Kakao Bułka grahamka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, jajko, pomidor, papryka	1,3  3	Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao Bułka grahamka (mąka <b>żytnia, pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, <b>jajko</b> , pomidor, papryka  Kakao - napój ryżowy, cukier, 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, <b>jajko</b> , pomidor, papryka

	<b>Obiad</b>	Bulion mięsny z kluseczkami Gulasz węgierski z szynki w sosie pomidorowym z plackiem ziemniaczanym Surówka z sałaty lodowej Kompot z czarnej porzeczki	1,9  9	Zupa - porcja kurczaka, szyja z indyka, makaron (mąka <b>pszenna</b> durum), szponder wołowy, marchew, papryka, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Gulasz- placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, sól), szynka zrazowa, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek, majeranek Surówka- sałata lodowa, ogórek , papryka, rzodkiewka, szczypiorek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól Kompot- czarna porzeczka, cukier  Zupa- porcja kurczaka, szyja z indyka, makaron (ryż), szponder wołowy, marchew, papryka, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Gulasz- placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, sól), szynka zrazowa, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek, majeranek Surówka- sałata lodowa, ogórek , papryka, rzodkiewka, szczypiorek, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól Kompot- czarna porzeczka, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Budyń śmietankowy Wafle ryżowy	1	Budyń- napój ryżowy, mąka ziemniaczana, mąka <b>pszenna</b> , cukier Wafle (ryż)  Budyń- napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier Wafle (ryż)
<b>Środa</b> <b>25.01.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki czekoladowe na mleku roślinnym Bułka kukurydziana z masłem roślinnym i dżemem Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane (kukurydza, kakao) Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony Herbata, owocowa, cukier  Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane (kukurydza, kakao) Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem niskosłodzony Herbata, owocowa, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, pieczywo Pizza z kurczakiem, kukurydzą i ananasem Sok	1,9  7,9	Zupa - porcja rosółowa, burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, mąka <b>pszenna</b> , natka pietruszki, por, ocet jabłkowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Chleb (mąka <b>pszenna</b> , woda, sól, drożdże) Pizza- mąka <b>pszenna</b> , drożdże, filet kurczaka, kukurydza, ananas, pomidor pelati, czosnek, oliwa, bazylija, oregano, curry Sok (zagęszczony sok, woda)  Zupa - porcja rosółowa, burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, natka pietruszki, por, <b>śmietana</b> 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) Pizza- mąka gryczana/ ryżowa/ kukurydziana, drożdże, filet kurczaka, kukurydza, ananas, pomidor pelati, czosnek, oliwa, bazylija, oregano, curry Sok (zagęszczony sok, woda)

	<b>Podwieczorek</b>	Ryż zapiekany z jabłkiem		Ryż z jabłkiem- ryż, jabłko, napój owsiany, cukier, cukier waniliowy, cynamon
<b>Czwartek 26.01.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Bułka z masłem roślinnym, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor Herbata z cytryną	1,3  3	Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , pomidor, szczypiorek Herbata, miód, cytryny  Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, <b>jajka</b> , pomidor, szczypiorek Herbata, miód, cytryny
	<b>Obiad</b>	Zupa ramen, pieczywo Kotlet pożarski Ziemniaki z koperem Fasolka szparagowa z pieca Kompot truskawkowy	1,3,9  3	Zupa- żeberka, porcja kurczaka, szyja indyka, makaron ramen (mąka <b>pszenna</b> , skrobię z manioku, woda, substancja wiążąca (węglany potasu), sól), marchew, pieczarki, <b>jajka</b> , cebula szalotka, szczypiorek chleb (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , woda, sól, drożdże) Kotlet - kurczak, <b>jaja</b> , czosnek, cebula, <b>bułka tarta</b> , pietruszka natka, <b>bułka wrocławska</b> , tłuszcz, sól, pieprz naturalny Ziemniaki, koper Fasolka – fasolka szparagowa, masło roślinne, bułka tarta <b>pszenna</b> Kompot - truskawki, cukier  Zupa- żeberka, porcja kurczaka, szyja indyka, makaron bezglutenowy, marchew, pieczarki, <b>jajka</b> , cebula szalotka, szczypiorek 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 - kurczak, <b>jaja</b> , czosnek, cebula, pietruszka natka, tłuszcz, sól, pieprz naturalny Ziemniaki, koper Fasolka – fasolka szparagowa, masło roślinne Kompot - truskawki, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Koktajl owocowy Banan		Koktajl – napój owsiany, maliny, cukier Banan  Koktajl – napój migdałowy, maliny, cukier Banan
<b>Piątek 27.01.2023.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kasza gryczana na mleku roślinnym Bułka grahamka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, papryka, ogórek, pomidor Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza gryczana Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, papryka, ogórek, pomidor Herbata owocowa, cukier  Zupa mleczna- napój owsiany, kasza gryczana 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, papryka, ogórek, pomidor Herbata owocowa, cukier

