

JADŁOSPIS 6 - 10.02.2023 r.
Diety bezmleczna/bezglutenowa

| DATA | Rodzaj posiłku | MENU | Informacja dla alergików | Skład z wyłączeniem alergenów |
|-------------------------------|------------------------------------|--|--|---|
| Poniedziałek 06.02.2023 r. | Śniadanie | Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym i dżemem Herbata owocowa | 1 | Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka grahamka (mąka żytnia graham, pszenna , woda, drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem niskosłodzony Herbata owocowa, cukier |
| | Obiad | Zupa koperkowa, pieczywo Kasza w sosie truflowym z kurczakiem i pieczarkami Kompot agrestowy mandarynka | 1,7,9 | Zupa - burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, mleko 2%, cukier, olej, natka pietruszki, pieprz, sól, ocet jabłkowy, miód Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kurczak w sosie truflowym- kasza jęczmienna pęczak, filet z kurczaka, pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, pomidory suszone, mąka pszenna , olej rzepakowy, krem truflowy (grzyby, czarne trufle, pietruszka, aromat truflowy, aromat borowikowy, czosnek, pieprz, starty chleb , woda, olej słonecznikowy, sól), sól, pieprz, gałka muszkatołowa Kompot- agrest, cukier Mandarynka |
| | | | 7,9 | Zupa – burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, mleko 2%, cukier, olej, natka pietruszki, pieprz, sól, ocet jabłkowy, miód 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) Kurczak w sosie truflowym- kasza jaglana, filet z kurczaka, pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, pomidory suszone, olej rzepakowy, sól, pieprz, gałka muszkatołowa Kompot- agrest, cukier mandarynka |
| Podwieczorek | Jogurt truskawkowy Wafle ryżowe | | Jogurt - truskawka, napój migdałowy, cukier Ryż | |
| Wtorek 07.02.2023 r. | Śniadanie | Kakao Bułka z masłem roślinnym, wędlina, papryka, ogórek kiszony, dżem | 1 | Kakao - napój ryżowy, cukier, kakao Bułka kukurydziana (mąka pszenna , mąka kukurydziana, słonecznik, woda, drożdże, sól), masło roślinne, wędlina, papryka, ogórek, dżem niskosłodzony 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, wędlina, papryka, ogórek, dżem niskosłodzony |

| | | | | |
|--------------------------------------|---------------------|---|--|--|
| | Obiad | Krupnik koperkowa, pieczywo Gulasz wołowy Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty białej z natka pietruszki i oliwą sok | 1,9,10 9 | Zupa - porcja rosółowa, koper, marchew, pietruszka, seler , por, koper, cebula, ziemniaki Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Gulasz- karczek wołowy, pieczarki, papryka, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, tymianek, papryka słodka Ziemniaki, koper Surówka- kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Sok (zagęszczony sok jabłkowy/ pomarańczowy, woda) Zupa - porcja rosółowa, koper, marchew, pietruszka, seler , por, koper, cebula, ziemniaki, śmietanka słodka 18% 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) Gulasz- karczek wołowy, pieczarki, papryka, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek, papryka słodka Ziemniaki, koper Surówka- kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Sok (zagęszczony sok jabłkowy/ pomarańczowy, woda) |
| | Podwieczorek | Ciasto drożdżowe z dynią Woda z cytryną | | Ciasto - dynia, jabłko, mąka kukurydziana, gryczana, masło roślinne/ olej rzepakowy, napój ryżowy, drożdże cytryna |
| Środa 08.02.2023 r. | Śniadanie | Płatki z rodzynekami na mleku roślinnym bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek herbata z cytryną | 1 | Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jaglane/ ryżowe/ kukurydziane, rodzyнки Bułka grahamka (mąka żytnia graham, pszenna , woda, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata czarna, miód, cytryny Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jaglane/ ryżowe/ kukurydziane, rodzyнки Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- 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, miód, cytryny |
| | Obiad | Zupa z fasolki szparagowej, pieczywo Kopytka z masłem roślinnym Surówka z marchwi i jabłka Kompot wieloowocowy | 1,3,9 3,9 | Zupa- porcja rosółowa, fasolka szparagowa, ziemniak, marchew, papryka, pietruszka, seler , cebula, czosnek, natka pietruszki, pomidor pelati, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, tymianek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka , sól Surówka – marchew, jabłko, cytryna Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa- porcja rosółowa, fasolka szparagowa, ziemniak, marchew, papryka, pietruszka, seler , cebula, czosnek, natka pietruszki, pomidor pelati, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, tymianek |

| | | | | |
|-----------------------------------|---------------------|---|-------|--|
| | | | | <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, sól</p> <p>Surówka – marchew, jabłko, cytryna</p> <p>Kompot- mieszanka wielowocowa, cukier</p> |
| | Podwieczorek | <p> pudding mleczno - ryżowy z miodem i truskawkami</p> | | <p> Pudding – napój ryżowy, ryż, truskawki, miód</p> |
| Czwartek 09.02.2023 r. | Śniadanie | <p>Kawa zbożowa/ kakao</p> <p>Bułka z masłem roślinnym, polędwica drobiowa, sałata, ogórek, pomidor, miód</p> | 1 | <p>Kawa- napój owsiany, kawa inka (jęczmień, żyto), cukier</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, mąka kukurydziana, słonecznik, woda, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor, miód</p> <p>Kakao – napój ryżowy, kakao, cukier</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, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor, miód</p> |
| | Obiad | <p>Zupa brokułowa, pieczywo</p> <p>Panierowany filec z kurczaka</p> <p>Ryż</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty</p> <p>Kompot ze śliwki</p> | 1,3,9 | <p>Zupa- porcja kurczaka, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, koper, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Kotlet- filec kurczaka, jajka, mąka pszenna, bułka tarta pszenna, sól, pieprz</p> <p>Ryż</p> <p>surówka- czerwona kapusta, cebula, jabłko, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier</p> <p>kompot- czerwona porzeczka, cukier</p> <p>Zupa - porcja kurczaka, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, 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>Kotlet- filec kurczaka, jajka, sól, pieprz</p> <p>Ryż</p> <p>Surówka- czerwona kapusta, cebula, jabłko, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier</p> <p>Kompot - śliwka, cukier</p> |
| | Podwieczorek | <p>Budyń czekoladowy</p> <p>Chrupki kukurydziane</p> | | <p>Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier, kakao</p> <p>Kukurydza</p> |
| Piątek 10.02.2023 r. | śniadanie | <p>Kasza jaglana/kasza manna na mleku roślinnym</p> <p>Bułka z masłem roślinnym, jajko, szczypior, ogórek, rzodkiewka</p> <p>Herbata</p> | 1,3 | <p>Zupa mleczna- napój owsiany, kasza manna</p> <p>Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, jaja, sałata, ogórek, pomidor</p> <p>Herbata czarna, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana</p> |
| | | | 3 | |

| | | | | |
|--|---------------------|---|----------------|--|
| | | | | <p>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</p> <p>Herbata czarna, cukier</p> |
| | Obiad | <p>Zupa neapolitańska</p> <p>Mielony kotlecik rybny</p> <p>Ziemniaki z koperkiem</p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem</p> <p>Lemoniada</p> | <p>1,3,4,9</p> | <p>Zupa- porcja kurczaka, makaron (mąka pszenna durum), marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>Ryba- morszczuk, jajka, bułka tarta pszenna, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), koper, czosnek, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Surówka- ogórek kiszony, jabłko, cebula, oliwa z oliwek, pietruszka natka, cukier, pieprz</p> <p>Lemoniada – pomarańcze, cytryny, woda</p> |
| | Podwieczorek | <p>Rogal maślany/ ciasto drożdżowe</p> <p>Kompot malinowy</p> | <p>1</p> | <p>Rogal - mąka pszenna, woda, drożdże, olej rzepakowy</p> <p>Kompot - maliny, cukier</p> <p>Ciasto - mąka gryczana, jagłana, ryżowa, woda, drożdże, olej rzepakowy)</p> <p>Kompot - maliny, cukier</p> |

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