

**JADŁOSPIS 20 - 24.02.2023 r.**  
**DIETY bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 20.02.2023 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka, pomidor, ogórek Herbata z cytryną	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, pierś indyka, pomidor, ogórek Herbata, cytryny, miód  Zupa mleczna- napój owsiany, 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, pierś indyka, pomidor, ogórek Herbata, cytryny, miód
	Obiad	Krem z marchewki, pieczywo Makaron z boczkiem Kompot porzeczkowy Mandarynka	1,3,9      7,9	Zupa - marchewka, ziemniaki, pietruszka, <b>seler</b> , dynia, cebula, czosnek, imbir, natka pietruszki, olej rzepakowy, tymianek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron- makaron świderki (mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> ), boczek wędzony, słonina, cebula, sól, pieprz kompot- czerwona porzeczka, cukier mandarynka  Zupa - marchewka, ziemniaki, pietruszka, <b>seler</b> , dynia, cebula, czosnek, imbir, natka pietruszki, olej rzepakowy, <b>mleko</b> 2%, <b>masło</b> 82 %, tymianek Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszką), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Makaron- makaron bezglutenowy, boczek wędzony, słonina, cebula, sól, pieprz Kompot - czerwona porzeczka, cukier Mandarynka
	Podwieczorek	Soczek Banan		Soczek (zagęszczony sok owocowy, woda) Banan
Wtorek 21.02.2023 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, pierś kurczaka, jajko, pomidor, papryka, ogórek	1,3  3	Kakao- napój owsiany, kakao, cukier Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajko</b> , pomidor, papryka, ogórek  Kakao- napój owsiany, kakao, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, <b>jajko</b> , pomidor, papryka
	Obiad	Barszcz ukraiński, pieczywo Kurczak po chińsku Ryż	1,3,9	Zupa - żeberka wieprzowe, burak, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, kapusta biała, natka pietruszki, śliwki suszone, ocet jabłkowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól)

		Kompot porzeczkowy	3,9	<p>Kurczak po chińsku- filet kurczaka, marchew, pieczarka, kapusta biała, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, imbir, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz</p> <p>Ryż</p> <p>Ryż</p> <p>Kompot- czarna porzeczka, cukier</p> <p>Zupa- żeberka wieprzowe, burak, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, por, kapusta biała, natka pietruszki, śliwki suszone, ocet jabłkowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek</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>Kurczak po chińsku- filet kurczaka, marchew, pieczarka, kapusta biała, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, imbir, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz</p> <p>Ryż</p> <p>Kompot- czarna porzeczka, cukier</p>
	<b>Podwieczorek</b>	Budyń śmietankowy Wafle ryżowe		Budyń- napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier Ryż
<b>Środa</b> <b>22.02.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem, dżem Herbata owocowa	1	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b>, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane</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, dżem niskosłodzony</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
	<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa z brukselką, pieczywo Kopytka z sosem z pieczarkowym Surówka z pomidora Sok	1,9          7,9	<p>Zupa - porcja kurczaka, brukselka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, por, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b>, <b>żytnia</b>, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka <b>pszenna</b>, <b>jajka</b>, cebula, czosnek, olej, masło roślinne, pieczarka, natka pietruszki, tymianek</p> <p>Surówka – pomidor, cebula, szczypiorek, sól, oliwa</p> <p>Sok- (zagęszczony sok jabłkowy/ pomarańczowy, woda)</p> <p>Zupa - porcja kurczaka, brukselka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, por, <b>śmietana</b> 18%, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</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>Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>jajka</b>, cebula, czosnek, olej, <b>masło</b> 82%, <b>śmietanka</b> 18%, pieczarka, natka pietruszki, tymianek</p> <p>Surówka – pomidor, cebula, szczypiorek, sól, <b>śmietana</b> 18%</p> <p>Sok- (zagęszczony sok jabłkowy/ pomarańczowy, woda)</p>

	<b>Podwieczorek</b>	Drożdźówka z marmoladą Woda z cytryną		Drożówka - mąka <b>pszenna</b> , woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy, marmolada Cytryna  Drożówka - mąka <b>jaglana</b> , woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy, marmolada Cytryna
<b>Czwartek 23.02.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa/ herbata Bułka z masłem roślinnym, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor	1,3	Kawa- napój owsiany, kawa zbożowa (zboża 78% ( <b>jęczmień, żyto</b> ), cykoria), cukier Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , szczypior, pomidor  Herbata, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, <b>jajka</b> , szczypior, pomidor
	<b>Obiad</b>	Zupa krupnik jęczmienny/ jaglany, pieczywo Polędwiczki wieprzowe w sosie Gnocchi Fasolka szparagowa z pieca Kompot truskawkowy	3  1,3,9  3,9	Zupa- żeberka, kasza <b>jęczmienna</b> , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Polędwiczki – polędwiczki wieprzowe, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , cebula, czosnek, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, rozmaryn świeży Gnocchi – ziemniaki, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, olej słonecznikowy, modyfikowana skrobia ziemniaczana, zagęszczacz (guma guar, guma ksantanowa, metylocelulozę), białko <b>jaja w proszku</b> , sól, emulgator mono - i diglicerydy kwasów tłuszczowych, przyprawy. Fasolka – fasolka szparagowa, masło roślinne, bułka tarta <b>pszenna</b> Kompot- truskawki, cukier  Zupa- żeberka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, natka pietruszki, 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) Polędwiczki – polędwiczki wieprzowe, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, rozmaryn świeży Gnocchi – ziemniaki, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, olej słonecznikowy, modyfikowana skrobia ziemniaczana, zagęszczacz (guma guar, guma ksantanowa, metylocelulozę), białko <b>jaja w proszku</b> , sól, emulgator mono - i diglicerydy kwasów tłuszczowych, przyprawy. Fasolka – fasolka szparagowa, masło roślinne Kompot- truskawki, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Chałka z masłem roślinnym i miodem Kisiel truskawkowy/ malinowy	1,3	Chałka - mąka <b>pszenna</b> , woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy, masło roślinne, miód Kisiel- truskawki, mąka ziemniaczana, cukier  Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, miód Kisiel- truskawki, mąka ziemniaczana, cukier

Piątek 24.02.2023 r.	Śniadanie	Kasza gryczana na mleku roślinnym Bułka z masłem, pasta warzywna, ogórek kiszony Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza gryczana Bułka grahamka (mąka żytnia, pszena, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, marchew, papryka, natka pietruszki, czosnek, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony 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, marchew, papryka, natka pietruszki, czosnek, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa zacierka Paluszki rybne z dorsza Ziemniaki z koperkiem Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka Kompot wieloowocowy	1,3,4,9	Zupa- porcja rosółowa, boczek wędzony, słonina, makaron (mąka pszena), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka pszena, olej rzepakowy, sól, pieprz Paluszki – dorsz, jajka, bułka tarta pszena, płatki kukurydziane, sól, pieprz, tłuszcz Ziemniaki, koper Surówka- kiszona kapusta, marchew, jabłka, natka pietruszki, oliwa, sól, cukier, pieprz Kompot- mieszanka owocowa, cukier
			3,4,9	Zupa - porcja rosółowa, boczek wędzony, słonina, makaron bezglutenowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz Paluszki – dorsz, jajka, płatki kukurydziane, sól, pieprz, tłuszcz Ziemniaki, koper Surówka- kiszona kapusta, marchew, jabłka, natka pietruszki, oliwa, sól, cukier, pieprz Kompot- mieszanka owocowa, cukier
Podwieczorek	Jabłko Andruty/chrupki kukurydziane	7	Jabłko Andruty - mąka pszena, olej rzepakowy, cukier, woda  Jabłko Kukurydza	

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