

JADŁOSPIS 27 - 31.03.2023 r.				
Dieta <b>bezmleczna/ bezglutenowa</b>				
DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 27.03.2023 r.	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> graham, <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, ogórek, pomidor Herbata owocowa, cukier  Zupa mleczna- napój migdałowy, płatki czekoladowe bezglutenowe 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 owocowa, cukier
	Obiad	Zupa cebulowa z Goraja, pieczywo Makaron z boczkiem Kompot agrestowy	1,9   9	Zupa – żeberka, cebula, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , czosnek, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), sól, pieprz, kminek Chleb pszenno - żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron - makaron świderki (mąka <b>pszenna</b> durum), boczek wędzony, słonina, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Kompot- agrest, cukier  Zupa – porcja kurczaka, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, sól, pieprz 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) Makaron - makaron bezglutenowy, boczek wędzony, słonina, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Kompot- agrest, cukier
	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy Banan		Kisiel - truskawka, mąka ziemniaczana, cukier Banan
Wtorek 28.03.2023 r.	Śniadanie	Kawa Bułka z masłem roślinnym, ser wege z brzoskwinia	1	Kawa - napój ryżowy, cukier, kawa inka ( <b>jęczmień, żyto</b> ) Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> graham, <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), brzoskwinie  Kawa – napój migdałowy, inka bezglutenowa, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), brzoskwinie

	<b>Obiad</b>	Zupa barszcz ukraiński, pieczywo Kurczak po chińsku Ryż Sok	1,9	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) Kurczak po chińsku - filet kurczaka, marchew, grzyby mun, pędy bambusa, kapusta biała, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, imbir, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz Ryż Sok – wiśnia, jabłko
	<b>Podwieczorek</b>	Budyń śmietankowy Winogron	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 Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Kurczak po chińsku - filet kurczaka, marchew, grzyby mun, pędy bambusa, kapusta biała, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, imbir, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz Ryż Sok – wiśnia, jabłko
Środa 29.03.2023 r.	<b>Śniadanie</b>	Kasza jagłana na mleku roślinnym bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, rzodkiewka, szczypior, ogórek Herbata	1,3	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jagłana Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> graham, <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajko</b> , majonez, rzodkiewka, szczypior, ogórek Herbata czarna, cukier
			3	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jagłana 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> , majonez, szczypior, rzodkiewka, ogórek Herbata czarna, cukier
	<b>Obiad</b>	Kapuśniak mazurski , pieczywo Kopytka Surówka z marchewki i jabłka Kompot wieloowocowy	1,3,9	Zupa - żeberka, boczek wędzony, kapusta kiszona, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koper, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>jajka</b> Surówka – marchew, jabłko, cytryna Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier
			3,9	Zupa - żeberka, boczek wędzony, kapusta kiszona, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koper, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy)

				<p>Kopytka – ziemniaki, mąka ziemniaczana, <b>jajka</b></p> <p>Surówka – marchew, jabłko, cytryna</p> <p>Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier</p>
	<b>Podwieczorek</b>	Ciasto murzynek z buraka Soczek	3	Ciasto – buraki, mąka ryżowa/ gryczana/ kukurydziana, <b>jajka</b> , cukier, drożdże, cukier waniliowy, olej kokosowy, kakao, soda, proszek do pieczenia
<b>Czwartek 30.03.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kakao Bułka z masłem roślinnym, ser, papryka, ogórek, pomidor	1	<p>Kawa- napój ryżowy, kakao, cukier</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b>, mąka kukurydziana, słonecznik, woda, drożdże, sól), masło roślinne, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), papryka, ogórek, pomidor</p> <p>Kawa- 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, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), sałata, ogórek, pomidor</p>
	<b>Obiad</b>	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami, pieczywo Gołąbki rzymskie Ziemniaki z koperkiem Surówka z selera i jabłka ze śmietaną Lemoniada	1,3,9	<p>Zupa - żeberka, kasza <b>jęczmienna</b>, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b>, <b>żytnia</b>, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Gołąbki – łopatka wieprzowa, ryż jaśminowy, kapusta biała, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, <b>jajka</b>, koncentrat pomidorowy, olej, papryka słodka, pieprz, zioła prowansalskie, sól</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Surówka - <b>seler</b>, jabłko, natka pietruszki, cytryna, sól, pieprz, cukier</p> <p>Lemoniada - cytryny, pomarańcze, woda</p>
			3,9	<p>Zupa - żeberka, ryż brązowy , ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy)</p> <p>Gołąbki – łopatka wieprzowa, ryż jaśminowy, kapusta biała, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, <b>jajka</b>, koncentrat pomidorowy, olej, papryka słodka, pieprz, zioła prowansalskie, sól</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Surówka- <b>seler</b>, jabłko, natka pietruszki, cytryna, sól, pieprz, cukier</p> <p>Lemoniada - cytryny, pomarańcze, woda</p>
	<b>Podwieczorek</b>	Pudding mleczno- ryżowy z miodem i truskawkami		Pudding - napój ryżowy, ryż, truskawki, miód
<b>Piątek 31.03.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, masa miodowa Herbata owocowa	1	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, kasza <b>manna</b></p> <p>Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b>, <b>pszenna</b>, drożdże, sól), masło roślinne, miód</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jagłana/ ryż</p>

				Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, miód Herbata owocowa, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa koperkowa, pieczywo Dorsz po szwedzku Ziemniaki opiekane Marchew dusza z migdałami Kompot z czarnej porzeczki	1,4,9,10  4,9,10	Zupa - porcja kurczaka, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, sól, pieprz Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda) Ryba – <b>miruna</b> , masło roślinne, czosnek, cebula, suszone pomidory, tymianek świeży Ziemniaki, oliwa, rozmaryn świeży, czosnek, chili Marchewka – marchewka, masło roślinne, migdały Kompot- czarna porzeczka, cukier  Zupa - porcja kurczaka, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, sól, pieprz 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) Ryba – <b>miruna</b> , masło roślinne, czosnek, cebula, suszone pomidory, tymianek świeży Ziemniaki, oliwa, rozmaryn świeży, czosnek, chili Marchewka – marchewka, masło roślinne, migdały Kompot- czarna porzeczka, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Cebularz Herbata z cytryną  Bułka z masłem i wędliną Herbata z cytryną		Cebularz – mąka <b>pszenna</b> , cebula, woda, mak, olej rzepakowy, cukier, sól, drożdże, otręby <b>pszenne</b> Herbata, cytryna, miód  Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, szynka sołtysa Herbata, cytryna, miód

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