

JADŁOSPIS 08-12.05.2023 r.

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 08.05.2023 r.	Śniadanie	Kasza gryczana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, serek z brzoskwiniami 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, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), brzoskwinie Herbata owocowa, cukier  Zupa mleczna- napój owsiany, kasza gryczana 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), masło roślinne, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), brzoskwinie Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa krem ziemniaczany z kminkiem, pieczywo Makaron puttanesca Kompot wieloowocowy	1,9   9	Zupa - żeberka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, por, natka pietruszki, sól, pieprz, kminek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Puttanesca- makaron spaghetti (mąka <b>pszenna</b> z semoliny), boczek wędzony, pomidory pelati, oliwki, cebula, czosnek, oliwa, sól, pieprz, bazylija, chili Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier  Zupa - żeberka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, por, natka pietruszki, sól, pieprz, kminek 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) Puttanesca- makaron świderki (mąka <b>pszenna</b> z semoliny), boczek wędzony, pomidory pelati, oliwki, cebula, czosnek, oliwa, sól, pieprz, bazylija, chili Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Banan Andruty / wafle ryżowe	1	Banan Andruty – mąka <b>pszenna</b> , cukier, olej rzepakowy, woda  Banan Ryż
Wtorek 09.05.2023 r.		Kakao Bułka orkiszowa z masłem roślinnym, polędwica z indyka, ser żółty, sałata, ogórek, pomidor, dżem	1	Kakao- napój ryżowy, cukier, kakao Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica indyka, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12)sałata, ogórek, pomidor, dżem niskosłodzony  Kakao- napój ryżowy, cukier, kakao 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), masło roślinne, polędwica indyka, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12) sałata, ogórek, pomidor, dżem niskosłodzony
	Obiad	Zupa z soczewicy, pieczywo Kurczak po chińsku	1, 9	Zupa - żeberka, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść lauowy, kmin rzymski,

		Ryż Lemoniada	9	Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Kurczak po chińsku- filet kurczaka, kapusta biała, marchew, grzyby mun, pędy bambusa, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, imbir świeży, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, papryka słodka, kolendra Ryż Lemoniada – cytryny, pomarańcze, woda  Zupa- żeberka, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, kmin rzymski, Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobienie (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 po chińsku- filet kurczaka, kapusta biała, marchew, grzyby mun, pędy bambusa, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, imbir świeży, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, papryka słodka, kolendra Ryż Lemoniada – cytryny, pomarańcze, woda
	<b>Podwieczorek</b>	Zapiekanka z kaszy jaglanej z sosem jogurtowym Jabłko		Zapiekanka - kasza jaglana, napój migdałowy, jabłko, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobienie modyfikowane, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych cukier, cukier waniliowy, cynamon Jabłko
Środa 10.05.2023 r.	<b>Śniadanie</b>	Płatki na mleku roślinnym z rodzynekami Bułka z masłem roślinnym, jajecznicą, pomidor, papryka Herbata	1,3	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki <b>owsiane</b> , rodzyнки Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, <b>jajka</b> , pomidor, szczypior Herbata, cukier  Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jaglane, rodzyнки Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobienie (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), masło roślinne, <b>jajka</b> , <b>majonez</b> , rzodkiewka, ogórek, szczypior, sól, pieprz Herbata, cukier
			3	
	<b>Obiad</b>	Zupa brokułowa, pieczywo Pyzy z mięsem Surówka z czerwonej kapusty Sok	1,3,9  3,9	Zupa – porcja rosółowa, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Pyzy – ziemniaki, mięso wieprzowe, mąka <b>pszenna</b> , mąka ziemniaczana, cebula, marchew, <b>jaja</b> , sól, pieprz, słonina, boczek wędzony Surówka - czerwona kapusta, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier sok (zagęszczony sok owocowy, woda)  Zupa – porcja rosółowa, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobienie (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) Pyzy - ziemniaki, mięso wieprzowe, mąka ziemniaczana, cebula, marchew, <b>jaja</b> , sól, pieprz, słonina, boczek wędzony Surówka - czerwona kapusta, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier

				sok (zagęszczony sok owocowy, woda)
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z jabłkiem Soczek	3	Ciasto- rabarbar, mąka ryżowa/ kukurydziana/ gryczana, <b>jajka</b> , masło roślinne, cukier, cukier waniliowy, napój ryżowy, drożdże Jabłko
Czwartek 11.05.2023 r.	Śniadanie	Kawa na mleku Tosty z wędliną i serem żółtym, pomidor, papryka	1	Kawa- napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% ( <b>jęczmień, żyto</b> ), cykorja), cukier Chleb tostowy (mąka <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), pomidor, papryka  Kawa – napój migdałowy, kwa inka bezglutenowa, cukier 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), masło roślinne, polędwica z indyka, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), pomidor, papryka
	Obiad	Rosół domowy z makaronem i natką pietruszki Mussaka z bakłażanem w sosie pomidorowym Kompot z czarnej porzeczki	1,3,9	Rosół - porcja rosółowa, korpus z kaczki, makaron (mąka <b>pszenna</b> durum, <b>jajka</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Mussaka – karkówka wieprzowa, bakłażan, cukinia, pomidor pelati, cebula, czosnek, olej rzepakowy, oliwa, ser typu feta (woda, tłuszcz roślinny (olej kokosowy (24%)), modyfikowana skrobia ziemniaczana, skrobia tapiokowa, sól, ekstrakt z oliwek, naturalne aromaty, witamina B12), gałka, oregano, sól, pieprz, tymianek, cynamon Kompot- czarna porzeczka, cukier
			9	Rosół - porcja rosółowa, korpus z kaczki, makaron bezglutenowy marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Mussaka – karkówka wieprzowa, bakłażan, cukinia, pomidor pelati, cebula, czosnek, olej rzepakowy, oliwa, ser typu feta (woda, tłuszcz roślinny (olej kokosowy (24%)), modyfikowana skrobia ziemniaczana, skrobia tapiokowa, sól, ekstrakt z oliwek, naturalne aromaty, witamina B12), gałka, oregano, sól, pieprz, tymianek, cynamon Kompot- czarna porzeczka, cukier
Podwieczorek	Bułka maślana/ Bułka bezglutenowa Napój roślinny	1,3	Bułka maślana – mąka <b>pszenna</b> , woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy Napój owsiany  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), masło roślinne, dżem niskostodzony Napój migdałowy	
Piątek 12.05.2023 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta warzywna herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, marchew, papryka, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony Herbata, cukier  Zupa mleczna- napój owsiany, płatki czekoladowe 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), masło roślinne, marchew, papryka, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony Herbata, cukier
	Obiad	Zupa ramen Paluszki rybne z dorsza Ziemniaki z koperkiem	1,3,4	Zupa - żeberka, porcja kurczaka, szyja indyka, makaron ramen (mąka <b>pszenna</b> , skrobia z manioku, woda, substancja wiążąca (węglany potasu), sól), marchew, pieczarki, <b>jajka</b> , cebula szalotka, szczypior

		Mizeria Herbata z cytryną	3,4	<p>Paluszki rybne- <b>dorsz</b>, bułka tarta <b>pszenna</b>, mąka <b>pszenna</b>, <b>jajka</b>, płatki kukurydziane, olej rzepakowy, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Mizeria – ogórki, cebula, szczypior, ocet jabłkowy, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>sól, pieprz</p> <p>Herbata z cytryną- herbata, miód, cytryna</p>
	Podwieczorek	Jogurt owocowy Chrupki kukurydziane		<p>Zupa- żeberka, porcja kurczaka, szyja indyka, makaron ramen bezglutenowy, marchew, pieczarki, <b>jajka</b>, cebula szalotka, szczypior</p> <p>Pieczyno 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>Paluszki rybne- <b>dorsz</b>, <b>jajka</b>, płatki kukurydziane, olej rzepakowy, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Mizeria – ogórki, cebula, szczypior, ocet jabłkowy, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>sól, pieprz</p> <p>Herbata z cytryną- herbata, miód, cytryna</p>
				<p>Jogurt - mleczko kokosowe 78,9% (woda, ekstrakt z kokosa), cukier, skrobia modyfikowana, brzoskwinia 4,5%, sok z marakui z zagęszczonego soku 0,5%, wapń, białka bobu, koncentrat z marchwi, witaminy (D3, B12), naturalny aromat, wegańskie kultury bakterii jogurtowych</p> <p>Kukurydza</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