

JADŁOSPIS 22 - 26.05.2023 r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 22.05.2023 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka/ polędwica z indyka, papryka, ogórek Herbata	1,10	Zupa mleczna- napój owsiany, ryż Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, papryka, ogórek Herbata, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, ryż Bułka bezglutenowa (woda, skrobienie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, polędwica z indyka, papryka, ogórek Herbata, cukier
	Obiad	Zupa ziemniaczana z kielbasą, pieczywo Makaron z truskawkami i jogurtem Lemoniada	1,7,10	Zupa - żeberka, kielbasa podwawelska, ziemniaki, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy, kminek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron – makaron (mąka pszenna semolina 100%), truskawki, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych, miód Lemoniada – cytryna, rabarbar, woda
			10	Zupa -żeberka, kielbasa podwawelska, ziemniaki, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz ziołowy, kminek 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) Makaron – makaron bezglutenowy, truskawki, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych, miód Lemoniada – cytryna, rabarbar, woda
Podwieczorek	Jajko garniowane Herbata z cytryną	1,3,6,9,10	Jajko garniowane- bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, jajka , majonez , pomidor, szczypior Herbata, cytryny, miód	
		3	Jajko garniowane- Bułka bezglutenowa (woda, skrobienie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś kurczaka, jajka , majonez , pomidor, szczypior Herbata, cytryny, miód	
Wtorek 23.05.2023 r.	Śniadanie	Kakao	1	Kakao- napój owsiany, cukier, kakao Bułka kukurydziana (mąka kukurydziana, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek, dżem niskosłodzony

		Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka sałata, ogórek, pomidor, dżem		Kakao- napój owsiany, cukier, kakao 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, dżem niskosłodzony
	Obiad	Zupa grochowa, pieczywo Kurczak w sosie słodko - kwaśnym Ryż Herbatka owocowa	1,9 9	Zupa- żeberka, boczek wędzony, fasola biała, marchew, pietruszka, ziemniaki, seler , por, cebula, czosnek, mąka pszenna , olej, pieprz, sól, liść laurowy, majeranek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kurczak - pierś z kurczaka, ananas, cebula, cytryna, czosnek, koncentrat pomidorowy, kukurydza konserwowa, marchew, pietruszka, papryka, olej, por, seler , sól, papryka słodka, pieprz, kolendra, imbir, mąka ziemniaczana Ryż Herbatka owocowa, cukier Zupa - żeberka, boczek wędzony, fasola biała, marchew, pietruszka, ziemniaki, seler , por, cebula, czosnek, mąka pszenna , olej, pieprz, sól, liść laurowy, majeranek 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) Kurczak - pierś z kurczaka, ananas, cebula, cytryna, czosnek, koncentrat pomidorowy, kukurydza konserwowa, marchew, pietruszka, papryka, olej, por, seler , sól, papryka słodka, pieprz, kolendra, imbir, mąka ziemniaczana Ryż Herbatka owocowa, cukier
	Podwieczorek	Drożdźówka z marmoladą/bułka z dżemem Soczek	1,3	Drożdźówka – mąka pszenna , marmolada , drożdże, jajka , cukier, sól, lecytyna sojowa Jabłkowy Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem Jabłkowy
Środa 24.05.2023 r.	Śniadanie	Płatki owsiane/ gryczane na mleku Bułka z masłem roślinnym, jajko, pomidor, sałata, ogórek	1,3 3	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki owsiane Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, jajko , pomidor, sałata, ogórek Zupa mleczna- napój owsiany, płatki gryczane Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajko , pomidor, sałata, ogórek
	Obiad	Krupnik jęczmienny, pieczywo Kopytka z sosem mięsno- pieczarkowym Mizeria	1,3,9	Zupa - żeberka, kasza jęczmienna , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kopytka w sosie- kopytka (ziemniaki, mąka pszenna , ziemniaczana, jajka), szynka wieprzowa, pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, tymianek

		Kompot z rabarbaru	3,9	<p>Mizeria- ogórki, oliwa, sól, pieprz Kompot – rabarbar, cukier</p> <p>Zupa żeberka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kopytka w sosie- kopytka (ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka), szynka wieprzowa, pieczarki, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Mizeria- ogórki, oliwa, sól, pieprz Kompot – rabarbar, cukier</p>
	Podwieczorek	Budyń śmietankowy Jabłko		Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier Jabłko
Czwartek 25.05.2023 r.	Śniadanie	Kawa na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek miód	1	<p>Kawa- napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% (jęczmień, żyto), cykoria), cukier Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek Miód</p> <p>Kawa – napój migdałowy, kawa bezglutenowa 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 z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek miód</p>
	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką pieczywo Kotlet schabowy z ziemniakami Ziemniaki z koperem Buraczki zasmażane Sok	1,3,9	<p>Zupa - porcja kurczaka, brukselka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet schabowy- schab, mąka pszenna, jajka, bułka tarta (mąka pszenna), tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ziemniaki, koper Buraczki- burak, cebula, czosnek, koper, masło roślinne, mąka pszenna, ocet jabłkowy, sól, cukier Sok (zagęszczony przecier z malin, zagęszczony sok jabłkowy, malinowy, cytrynowy, mięta)</p> <p>Zupa - porcja kurczaka, brukselka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, olej rzepakowy, 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) Kotlet schabowy- schab, jajka, tłuszcz roślinny (woda, olej słonecznikowy, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ziemniaki, koper Buraczki- burak, cebula, czosnek, koper, masło roślinne, ocet jabłkowy, sól, cukier Sok (zagęszczony przecier z malin, zagęszczony sok jabłkowy, malinowy, cytrynowy, mięta)</p>
	Podwieczorek	Ciasto marchewkowe Woda z cytryną		Ciasto - marchew, jabłka, mąka kukurydziana/ gryczana, napój ryżowy, olej rzepakowy, cukier, laska wanilii, cynamon, proszek do pieczenia, soda Woda z cytryną

Piątek 26.05.2023 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta twarogowa z szynką, papryka ogórek Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12, pierś z kurczaka, papryka, ogórek Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane 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, pierś z kurczaka, papryka, ogórek
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Dorsz z dresingiem cytrynowym Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty i marchewki Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,4,9,10	Zupa- porcja rosółowa, makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka), marchew, pietruszka, seler , cebula, por, natka pietruszka, lubczyk, sól, pieprz Dorsz z dresingiem - dorsz , cytryny, cebula, koper, estragon, musztarda , oliwa, sól, pieprz, cukier Ziemniaki, koper Surówka- kapusta biała, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot- czerwona porzeczka, cukier
			4,9,10	Zupa- porcja rosółowa, makaron bezglutenowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, natka pietruszka, lubczyk, sól, pieprz Dorsz z dresingiem - dorsz , cytryny, cebula, koper, estragon, musztarda , oliwa, sól, pieprz, cukier Ziemniaki, koper Surówka - kapusta biała, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot- czerwona porzeczka, cukier
Podwieczorek	Jogurt owocowy Biszkopty, wafle ryżowe	1,3	Jogurt – , jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych), banan, truskawki Biszkopty - mąka pszenna, jajko , cukier Jogurt – jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych), banan, truskawki Ryż	

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