

JADŁOSPIS 5 - 09.06.2023 r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 5.06.2023 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym z brzoskwiniami bułka z masłem roślinnym, twarożkiem i dżemem Herbata miętowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, ryż Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), szczypiorek, rzodkiewka, ogórek Herbata owcowa, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, ryż 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), szczypiorek, rzodkiewka, ogórek Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa krem z buraka, pieczywo Makaron z boczkiem i serem Sok	1,9 9	Zupa - burak, ziemniak, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, ocet jabłkowy, miód, sól, pieprz Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron - makaron świderki (mąka pszenna durum), serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), boczek wędzony, słonina, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Jabłko, wiśnia Zupa - burak, ziemniak, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, ocet jabłkowy, miód, 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, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12, boczek wędzony, słonina, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz Wiśnia, jabłko
	Podwieczorek	Cebularz / bułka z masłem Soczek	1	Cebularz – mąka pszenna , cebula, woda, mak, olej rzepakowy, cukier, sól, drożdże, otręby pszenne Jabłkowy Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne Jabłkowy

Wtorek 6.06.2023 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, jajecznicza, szczypior, pomidor	3 3	Kakao - napój owsiany, cukier, kakao Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, jajko , pomidor, szczypior 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, jajko , pomidor, szczypiorek
	Obiad	Zupa koperkowa, pieczywo Kurczak w kremowym sosie śmietanowym Ryż Surówka wiosenna Lemoniada	1,9 9	Zupa - porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, olej rzepakowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kurczak – filet z kurczaka, cebula, czosnek, napój migdałowy, masło roślinne, olej rzepakowy, śmietanka wege (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny), bazyli, tymianek, sól, pieprz Ryż Surówka – sałata lodowa, rucola, ogórek zielony, papryka, rzodkiewka, cebula czerwona, koper, cukier, oliwa, ocet jabłkowy, sól Lemoniada - rabarbar, cytryna, woda Zupa - porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, olej rzepakowy 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) Kurczak – filet z kurczaka, cebula, czosnek, napój migdałowy, masło roślinne, olej rzepakowy, śmietanka wege (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny), bazyli, tymianek, sól, pieprz Ryż Surówka – sałata lodowa, rucola, ogórek zielony, papryka, rzodkiewka, cebula czerwona, koper, cukier, oliwa, ocet jabłkowy, sól Lemoniada - rabarbar, cytryna, woda
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy Wafle ryżowe		Koktajl - napój ryżowy, truskawki, cukier Ryż
Środa 7.06.2023 r.	Śniadanie	Kasza gryczana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata	1,7	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza gryczana Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło 82%, zielony, groszek, bazyli, czosnek, cytryna, sól, pieprz, papryka, ogórek Herbata, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, kasza gryczana

				Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, zielony, groszek, bazylia, czosnek , cytryna, sól, pieprz, papryka, ogórek Herbata, cukier
	Obiad	Zupa kalafiorowa, pieczywo Naleśniki z serem i musem brzoskwiniowym Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,9 3,9	Zupa - porcja rosółowa, kalafior, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Naleśniki - mąka pszenna , jajka , olej rzepakowy, serek wege(woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), , cukier, cukier waniliowy, brzoskwinie Kompot – czerwona porzeczka, cukier Zupa - porcja rosółowa, kalafior, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól 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) Naleśniki - mąka kukurydziana, jaglana, gryczana, jajka , olej rzepakowy, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), , cukier, cukier waniliowy, brzoskwinie Kompot – czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z rabarbarem Woda z cytryną	3	Ciasto – rabarbar, mąka kukurydziana, jaglana, gryczana, jaja , masło roślinne, napój migdałowy, drożdże, cukier Woda, cytryna
Piątek 9.06.2023 r.	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, ser żółty, pomidor, papryka, ogórek Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , 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) Herbata czarna, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, płatki czekoladowe 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) Herbata czarna, cukier
	Obiad	Zupa z soczewicy, pieczywo Paluszki rybne Ziemniaki z koprem Warzywa na parze Sok	1,4,7,9	Zupa - Zupa - żeberka, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, kmin rzymski Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Ryba – filety z ryb białych (A - mintaj, B - czarniak, D - morszczuk, K - miruna, patrz nadruk z boku kartonika) (57%), mąka pszenna , olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, przyprawy Ziemniaki, koper

			4,9	<p>Warzywa – brokuły, fasolka szparagowa, marchew mini, masło roślinne Pomarańcze, woda</p> <p>Zupa - zeberka, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, kmin rzymski</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>Ryba – filety z ryb białych (A - mintaj, B - czarniak, D - morszczuk, K - miruna, patrz nadruk z boku kartonika) (57%), olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, przyprawy</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Warzywa – brokuły, fasolka szparagowa, marchew mini, masło roślinne Pomarańcze, woda</p>
	Podwieczorek	Mus Ciastka owsiane / wafle kukurydziane	1, 7	<p>Gruszka, jabłko</p> <p>Ciastka - płatki owsiane, pszenne, orkiszowe, rodzynka, kandyzowana skórka pomarańczy, mąka pełnoziarnista owsiana, pszenna, żytnia, jęczmienna, cukier trzcinowy, olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z mleka)</p> <p>Gruszka, jabłko 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