JADŁOSPIS – 7.08-11.08.2023 r. Dieta bezmleczna/ bezglutenowa				
DATA	**Rodzaj posiłku**	**MENU**	**Informacja dla alergików**	**Skład z wytłuszczeniem alergenów**
Poniedziałek 7.08.2023 r.	**Śniadanie**	Bułka z masłem, ser żółty, ogórek Herbata owocowa	1,7	Bułka pszenna **(**mąka **pszenna,** drożdże, sól), masło roślinne, kiełbasa krakowska, ogórek Herbata owocowa, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), **masło 82%,** ser **żółty**, ogórek Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa marchewkowa, pieczywo Sos po meksykańsku, kasza pęczak Kompot owocowy	1	Zupa - korpus drobiowy, mini marchewka, pietruszka, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, pietruszka Chleb pszenno- żytni (mąka **pszenna**, **żytnia**, kwas, drożdże, woda, sól) Sos po meksykańsku (szynka gotow. mielona, czerwona fasola, kukurydza, cebula czerwona, koncentrat pomidorowy, pomidory, groszek zielony) Kasza **pęczak**). Kompot – woda, jabłko, aronia, cukier Zupa - korpus drobiowy, mini marchewka, pietruszka, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, pietruszka Chleb - woda, skrobia kukurydziana, skrobia pszenna bezglutenowa, cukier, olej rzepakowy, drożdże piekarskie, błonnik roślinny, sól, syrop glukozowo-fruktozowy, substancja zagęszczająca: E 464, emulgator: mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych), Sos po meksykańsku (szynka gotow. mielona, czerwona fasola, kukurydza, cebula czerwona, koncentrat pomidorowy, pomidory, groszek zielony) Ryż). Kompot – woda, jabłko, aronia, cukier
	Podwieczorek	Nektarynka Wafel ryżowy		Nektarynka Wafel ryżowy (ryż brązowy) Nektarynka Wafel ryżowy (ryż brązowy)
Wtorek 8.08.2023 r.	**Śniadanie**	Kawa zbożowa Bułka z masłem, pasta jajeczna, rzodkiewka, sałata	1,3,7	Kawa zbożowa – mleko ryżowe, kawa zbożowa (zboża 78% (**jęczmień, żyto)** cykoria), cukier Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, pasta (**jaja**, **majonez,** szczypiorek, przyprawy) sałata, rzodkiewka Kakao - mleko ryżowe, kakao Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło 82%, pasta (**jaja**, **majonez,** szczypiorek, przyprawy), sałata, rzodkiewka

	Obiad	Krem z cukinii z grzankami Kotlet pożarski z ryżem i surówką Kompot owocowy	1,3,9	Zupa - (porcje rosołowe, marchew, pietruszka, **seler**, cukinia, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, pietruszka). Grzanki (mąka **pszenna**, **żytnia**, kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet pożarski- (filet z kurczaka, udko**,** bułka **pszenna, jajko**, sól, pieprz) Ryż biały Surówka colesław (biała kapusta, olej, **majonez**, sól, pieprz) Kompot (woda, jabłko, aronia, cukier) Zupa - (porcje rosołowe, marchew, pietruszka, **seler**, cukinia, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, pietruszka).). Kotlet pożarski- (filet z kurczaka, udko**, jajko**, sól, pieprz) Ryż biały Surówka colesław (biała kapusta, olej, **majonez**, sól, pieprz) Kompot (woda, jabłko, aronia, cukier)
	Podwieczorek	Mix owoców w wafelku	1	Winogrona, jabłko, brzoskwinia, wafelek (mąka **pszenna**, olej roślinny: olej rzepakowy, substancja spulchniająca: wodorowęglan sodu) Winogrona, jabłko, brzoskwinia, wafelek skrobia ziemniaczana, cukier, mąka z ciecierzycy, mąka kukurydziana, tłuszcz KOKOSOWY, emulgator: LECYTYNA SŁONECZNIKOWA, sól, naturalny aromat
Środa 9.08.2023 r.	**Śniadanie**	Płatki owsiane na mleku Bułka z masłem, pasta z soczewicy, pomidor, Herbata	1, 7	Zupa mleczna- mleko ryżowe**,** płatki **owsiane** Bułka pszenna (mąka **pszenna**, drożdże, sól), masło roślinne, pasta (soczewica ziarno gotowane, pomidory, przyprawy), pomidor Herbata, cukier Zupa mleczna- **mleko 2%,** płatki ryżowe Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło 82%, pasta (soczewica ziarno gotowane, pomidory, **masełko**, przyprawy), pomidor Herbata, cukier
	Obiad	Zupa tajska, pieczywo Warzywa w sosie śmietanowym z makaronem penne Kompot owocowy z wiśnią	1,7,9	Zupa – (filet z kurczaka, marchew, **seler,** por, papryka, ziemniaki, mleko kokosowe, curry, kolendra, ziele angielskie, liść laurowy) Chleb pszenno- żytni (mąka **pszenna**, **żytnia**, kwas, drożdże, woda, sól) Warzywa w sosie śmietanowym z makaronem penne (brokuł, kalafior, marchewka, cukinia, przyprawy, makaron **penne**) Kompot (woda, jabłko, aronia, wiśnia, cukier) Zupa – (filet z kurczaka, marchew, **seler,** por, papryka, ziemniaki, mleko kokosowe, curry, kolendra, ziele angielskie, liść laurowy) Chleb - woda, skrobia kukurydziana, skrobia pszenna bezglutenowa, cukier, olej rzepakowy, drożdże piekarskie, błonnik roślinny, sól, syrop glukozowo-fruktozowy, substancja zagęszczająca: E 464, emulgator: mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych), Warzywa w sosie śmietanowym z makaronem penne (brokuł, kalafior, marchewka, cukinia, **śmietanka**, przyprawy, makaron bezglutenowy) Kompot (woda, jabłko, aronia, wiśnia, cukier)
	Podwieczorek	Budyń waniliowy Chrupki kukurydziane	7	Kisiel (woda, mąka ziemniaczana, truskawki, cukier) Chrupki kukurydziane (mąka kukurydziana) Budyń (**mleko** 2%, mąka ziemniaczana, aromat waniliowy) Chrupki kukurydziane (mąka kukurydziana)

Czwartek 10.08.2023 r.	**Śniadanie**	Bułka z masłem, polędwica z indyka, ogórek, rzodkiewka Herbata owocowa	1	Bułka pszenna (mąka **pszenna**, drożdże, sól), masło roślinne) polędwica z indyka, ogórek, rzodkiewka Herbata owocowa Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej) masło 82%, polędwica z indyka, ogórek, rzodkiewka Herbata owocowa
	Obiad	Zupa fasolkowa, pieczywo Kotlet mielony z ziemniakami i surówką Kompot owocowy	1,3,7,9	Zupa- porcja rosołowa, marchew, pietruszka, **seler**, fasolka szparagowa zielona**,** sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, pietruszka Chleb pszenno- żytni (mąka **pszenna**, **żytnia**, kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet mielony (szynka wieprzowa, bułka **tarta**, **kajzerka**, **jajko)** Ziemniaki gotowane Surówka z buraczków (burak, cebulka, olej sól, pieprz) Kompot owocowy (woda, jabłko, aronia, cukier) Zupa- porcja rosołowa, marchew, pietruszka, **seler**, fasolka szparagowa zielona, **śmietana,** sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, pietruszka Chleb - woda, skrobia kukurydziana, skrobia pszenna bezglutenowa, cukier, olej rzepakowy, drożdże piekarskie, błonnik roślinny, sól, syrop glukozowo-fruktozowy, substancja zagęszczająca: E 464, emulgator: mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych), Kotlet mielony (szynka wieprzowa, **jajko)** Ziemniaki gotowane Surówka z buraczków (burak, cebulka, olej sól, pieprz) Kompot owocowy (woda, jabłko, aronia, cukier)
	Podwieczorek	Ciasto marchewkowe Lemoniada	1,3	Ciasto marchewkowe (marchewka, **jajko**, cukier, olej, mąka **pszenna**, proszek do pieczenia) Lemoniada (woda, mięta, cytryna) Ciasto marchewkowe (marchewka, **jajko**, cukier, olej, mąka migdałowa, proszek do pieczenia) Lemoniada (woda, mięta, cytryna)
Piątek 11.07.2023 r.	**Śniadanie**	Płatki kukurydziane na mleku, Bułka z masłem, twarożek wiosenny, papryka Herbata	1,7	Zupa mleczna- napój sojowy, płatki kukurydziane Bułka grahamka (mąka **żytnia, pszenna**, mąka **graham**, drożdże, sól), masło roślinne, plastry **jaja**, papryka Herbata czarna z cytryną Zupa mleczna mleko 2%, płatki kukurydziane Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej) masło 82%, twarożek wiosenny **(**ser **biały,** szczypiorek**,** rzodkiewka)), papryka Herbata czarna z cytryną
	Obiad	Krupnik ryżowy, pieczywo Paluszki rybne z ziemniakami i surówką Kompot owocowy	1,4,9	Zupa - korpus drobiowy, marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, ryż biały, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, pietruszka Chleb pszenno- żytni (mąka **pszenna**, **żytnia**, kwas, drożdże, woda, sól) Paluszki rybne (filet z **dorsza**, mąka **pszenna**, olej, sól, pieprz). Ziemniaki gotowane. Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchewka, olej). Woda Zupa - korpus drobiowy, marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, ryż biały, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, pietruszka)

				Chleb - woda, skrobia kukurydziana, skrobia pszenna bezglutenowa, cukier, olej rzepakowy, drożdże piekarskie, błonnik roślinny, sól, syrop glukozowo-fruktozowy, substancja zagęszczająca: E 464, emulgator: mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych), Paluszki rybne (filet z **dorsza**, olej, sól, pieprz). Ziemniaki gotowane. Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchewka, olej). Woda
	Podwieczorek	Banan Biszkopty	1, 3	Banan Biszkopty (mąka pszenna, cukier, masa jajowa pasteryzowana, woda, skrobia ziemniaczana,) Banan Biszkopty bezglutenowy

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**