

JADŁOSPIS 4– 8.09.2023 r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 4.09.2023 r.	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku Bułka z masłem roślinnym, szynka sołtysa, pomidor, papryka, ogórek Herbata	1	Zupa - napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, szynka sołtysa, ogórek, papryka, pomidor Herbata czarna, cukier Zupa - napój owsiany, płatki czekoladowe bezglutenowe Bułka bezglutenowa (woda, skrobienie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, szynka sołtysa, ogórek, papryka, pomidor Herbata czarna, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Kopytka ze skwarkami Kompot wieloowocowy	3,9 3,9	Zupa - porcja rosółowa, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kopytka – ziemniaki, jajka , mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, słonina, boczek wędzony Kompot - śliwka, aronia, porzeczka czerwona, agrest, truskawka , cukier Zupa - porcja rosółowa, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kopytka – ziemniaki, jajka , mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, słonina, boczek wędzony Kompot - śliwka, aronia, porzeczka czerwona, agrest, truskawka , cukier
	Podwieczorek	Banan		Banan
Wtorek 5.09.2023 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, jajko, sałata, ogórek, pomidor	1,3 3	Kakao - napój owsiany, kakao Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, jajko , sałata, ogórek, pomidor Zupa mleczna- napój owsiany, kakao Bułka bezglutenowa (woda, skrobienie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajko , sałata, ogórek ,pomidor

	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką, pieczywo Gulasz wieprzowy Kasza pęczak/ gryczana Fasolka szparagowa z pieca Sok	1,3,9 9	<p>Zupa - porcja kurczaka, brukselka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Gulasz – szynka wieprzowa, marchew, pietruszka, papryka czerwona, cebula, czosnek, olej, olej, papryka słodka, pieprz, sól, tymianek, majeranek</p> <p>Kasza pęczak</p> <p>Fasolka – fasolka szparagowa, masło roślinne, bułka tarta pszenna, sól</p> <p>Sok – jabłko, wiśnia</p> <p>Zupa - porcja kurczaka, brukselka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy</p> <p>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)</p> <p>Gulasz - szynka wieprzowa, marchew, pietruszka, papryka czerwona, cebula, czosnek, olej, olej, papryka słodka, pieprz, sól, tymianek, majeranek</p> <p>Kasza gryczana</p> <p>Fasolka – fasolka szparagowa, masło roślinne, sól</p> <p>Sok – jabłko, wiśnia</p>
	Podwieczorek	Budyń śmietankowy Winogron		Budyń – napój migdałowy, mąka ziemniaczana, cukier Winogron
Środa 6.09.2023 r.	Śniadanie	Kasza gryczana na mleku Bułka z masłem, pasta z zielonego groszku, ogórek, papryka, pomidor Herbata	1	<p>Zupa - napój ryżowy, kasza gryczana</p> <p>Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, zielony groszek, czosnek, bazylija, cytryna, ogórek, papryka, pomidor, sól, pieprz</p> <p>Herbata, cukier</p> <p>Zupa – napój migdałowy, kasza gryczana</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, zielony groszek, czosnek, bazylija, cytryna, ogórek, papryka, pomidor, sól, pieprz</p> <p>Herbata, cukier</p>
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, pieczywo Spaghetti bolognese Lemoniada	1,3,9 9	<p>Zupa - porcja rosółowa, buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, ocet jabłkowy, sól, pieprz, majeranek, liść lauowy, ziele angielskie</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Spaghetti - makaron spaghetti (mąka pszenna, jajka), łąpatka, marchew, cebula, czosnek, pietruszka, seler, pomidor pelati, koncentrat pomidorowy, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12, sól, pieprz, oregano, bazylija, zioła prowansalskie</p> <p>Lemoniada – woda, cytryny, pomarańcze</p> <p>Zupa - porcja rosółowa, buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, ocet jabłkowy, sól, pieprz, majeranek, liść lauowy, ziele angielskie</p> <p>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)</p> <p>Spaghetti - makaron spaghetti bezglutenowy, łąpatka, marchew, cebula, czosnek, pietruszka, seler, pomidor pelati, koncentrat pomidorowy, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia</p>

				modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12, sól, pieprz, oregano, bazylia, zioła prowansalskie Lemoniada – woda, cytryny, pomarańcze
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe ze śliwkami Woda z cytryną	3	Ciasto – śliwki, mąka kukurydziana, gryczana, ryżowa, jajka , masło roślinne, napój owsiany, drożdże, cukier, cukier waniliowy Cytryna
Czwartek 7.09.2023 r.	Śniadanie	Kawa na mleku roślinnym Bułka z masłem, ser żółty, pomidor, papryka, ogórek	1	Kawa - napój owsiany, kawa inka 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), papryka, pomidor, ogórek Kawa - napój owsiany, kawa inka bezglutenowa 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), papryka, pomidor, ogórek
	Obiad	Zupa rosół domowy z makaronem Filet kurczaka panierowany Ryż Surówka coleslaw Kompot wiśniowy	1,3,9,10 3,9,10	Zupa - porcja rosółowa, korpus z kaczki, makaron (mąka pszenna durum, jajka), marchew, pietruszka, seler , cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Kotlet – filet z kurczaka, jajka , mąka pszenna , bułka tarta pszenna , olej, sól, pieprz Ryż Surówka - kapusta biała, marchew, cebula, chrzan, cukier, koper, majonez , ocet jabłkowy, sól Kompot – wiśnie, cukier Zupa - porcja rosółowa, korpus z kaczki, makaron bezglutenowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Kotlet – filet z kurczaka, jajka , olej, sól, pieprz Ryż Surówka - kapusta biała, marchew, cebula, chrzan, cukier, koper, majonez , ocet jabłkowy, sól Kompot – wiśnie, cukier
	Podwieczorek	Mus		Jabłko, gruszka, banan
Piątek 8.09.2023 r.	Śniadanie	Kasza na mleku Bułka z masłem, pasta twarogowo – paprykowa, ogórek, szczypior Herbata owocowa	1	Zupa mleczna – napój owsiany, kasza manna pszenna 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), papryka, ogórek, szczypior Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna – napój migdałowy, kasza jaglana 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), papryka, ogórek, szczypior Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa brokułowa zabieleną, pieczywo Ryba panierowana z pieca Ziemniaki z koprem Ogórek kiszony Kompot z czarnej porzeczki	1,3,4,9	Zupa – porcja rosółowa, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Ryba – morszczuk , jajka , mąka pszenna , bułka tarta pszenna , olej, sól, pieprz Ziemniaki, koper Ogórek kiszony

			3,4,9	<p>Kompot – czarna porzeczka, cukier</p> <p>Zupa – porcja rosółowa, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>Pieczycwo 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 – morszczuk, jajka, olej, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Ogórek kiszony</p> <p>Kompot – czarna porzeczka, cukier</p>
	Podwieczorek	Koktajl bananowo – truskawkowy Biszkopty/ wafle ryżowe	1,3	<p>Koktajl – napój owsiany, banan, truskawki, cukier</p> <p>Biszkopty – mąka pszenna, masa jajowa pasteryzowana, substancja słodząca - maltitol, woda</p> <p>Koktajl – napój migdałowy, banan, truskawki, cukier</p> <p>Ryż</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