

JADŁOSPIS 18.09 – 22.09.2023 r.
DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyttuszczeniem alergenów
Poniedziałek 18.09.2023 r.	Śniadanie	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, pomidor, ogórek Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jęczmienna pszenna Bułka orkiszowa (mąka pszenna , orkiszowa, drożdże , sól), masło roślinne , polędwica z indyka, pomidor, ogórek, sałata Herbata, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, 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, polędwica z indyka, pomidor, ogórek, sałata Herbata, cukier
	Obiad	Zupa krem z białych warzyw, pieczywo Makaron z białym serem i boczkem Kompot truskawkowy	1,3,7,9	Zupa – kalafior, pietruszka, seler , cebula, czosnek, dynia pestki, masło roślinne, sól, ziemniaki Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Makaron – makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka), serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), boczek, słonina Truskawki, cukier Zupa – kalafior, pietruszka, seler , cebula, czosnek, dynia pestki, masło roślinne, sól, ziemniaki 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, słonina, Truskawki, cukier
	Podwieczorek	Jabłko zapiekane z kruszonką		Jabłko, masło roślinne, mąka ryżowa/kukurydziana, cukier
Wtorek 19.09.2023 r.	Śniadanie	Kawa inka Bułka z masłem, pasta warzywna, ogórek kiszony	1	Inka - napój owsiany, kawa inka, cukier Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, marchew, papryka, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony Kawa inka - napój owsiany, inka bezglutenowa, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, marchew, papryka, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Schab w sosie pieczeniowym Kasza gryczana Mizeria Herbata z cytryną	1,9	Zupa – kura porcja rosółowa, marchew, pietruszka, natka pietruszki, seler , cebula , makaron (mąka pszenna, semolina 100%), koncentrat pomidorowy, cebula, lubczyk, sól Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Schab – schab wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , cebula , czosnek, mąka pszenna , olej, rozmaryn, pieprz, pasta kulinarna, Kasza gryczana Mizeria - ogórki, szczypior, cukier, olej, ocet jabłkowy, jogurt wege (94,6% ekstrakt miąższu kokosa (woda, ekstrakt miąższu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych)

			1,9	<p>Herbata, cukier, cytryna</p> <p>Zupa – kura porcja rosółowa, marchew, pietruszka, natka pietruszki, seler, cebula , makaron bezglutenowy, koncentrat pomidorowy, cebula, lubczyk, sól,</p> <p>Pieczyno 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>Schab – schab wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, cebula , czosnek, olej, rozmaryn, pieprz, pasta kulinarna, Kasza gryczana</p> <p>Mizeria - ogórki, szczypior, cukier, olej, ocet jabłkowy, jogurt wege (94,6% ekstrakt miąższu kokosa (woda, ekstrakt miąższu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych)</p> <p>Herbata, cukier, cytryna</p>
	Podwieczorek	Budyń czekoladowy Banan	3	Budyń – napój owsiany, kakao, cukier, mąka ziemniaczana Banan
Środa 20.09.2023 r.	Śniadanie	Kasza na mleku Bułka z masłem, jajecznicą, pomidor, szczypior Herbata	1,3	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, kasza kus kus</p> <p>Bułka orkiszowa (mąka pszenna, orkiszowa, drożdże , sól), masło roślinne , jajka, szczypior, pomidor</p> <p>Herbata, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, 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, jajka, pomidor, szczypior</p> <p>Herbata, cukier</p>
	Obiad	Zupa ogórkowa, pieczywo Naleśniki z serem i musem brzoskwiowym Sok Purena	1,3,9 3,9	<p>Zupa – porcja rosółowa, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, por, seler, ziemniaki, mąka pszenna, cebula, pieprz, sól, liście, ziele, natka pietruszki, koper, olej</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Naleśniki – mąka pszenna, napój owsiany, jajka, sól, brzoskwinie w syropie, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12)</p> <p>Sok Purena, woda</p> <p>Zupa – porcja rosółowa, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, por, seler, ziemniaki, cebula, pieprz, sól, liście, ziele, natka pietruszki, koper, olej</p> <p>Pieczyno 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>Naleśniki- mąka ryżowa, napój migdałowy, jajka, olej, cukier, sól, brzoskwinie w syropie, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12)</p> <p>Wiśnia, jabłko</p>
	Podwieczorek	Pizza Foccacia Woda z cytryną		Pizza – mąka ryżowa/ kukurydziana, drożdże, kukurydza konserwowa, czosnek, cukier, oliwa z oliwek, sól, rozmaryn Cytryna

Czwartek 21.09.2023 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem, szynka, papryka, ogórek	1 3	<p>Kakao - napój ryżowy, kakao, cukier Bułka śniadaniowa (mąka pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, szynka softysa, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: laktan kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12) ogórek, papryka</p> <p>Kakao- napój ryżowy, kakao, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, szynka softysa, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: laktan kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12) papryka, ogórek</p>
	Obiad	Zupa ziemniaczana z groszkiem, pieczywo Kotlet pożarski Ziemniaki z koprem Surówka z czerwonej kapusty Kompot wiśniowy	1,9 9,10	<p>Zupa- porcja rosółowa, groszek zielony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, koper ogrodowy, mąka pszenna, olej, pieprz, liście, ziele, Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet – filet z kurczaka, pietruszka, bułka tarta, cebula, czosnek, jaja, bułka wrocławska, tłuszcz combiflex, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka – czerwona kapusta, cebula, jabłko, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier Wiśnie, cukier</p> <p>Zupa- porcja rosółowa, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, tymianek 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 – filet z kurczaka, pietruszka, bułka tarta, cebula, czosnek, jaja, bułka wrocławska, tłuszcz combiflex, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka – czerwona kapusta, cebula, jabłko, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier Wiśnie, cukier</p>
	Podwieczorek	Gruszka Ciastka owsiane/wafle ryżowe	1	<p>Gruszka Ciastka - płatki owsiane, pszenne, orkiszowe, rodzynka, kandyzowana skórka pomarańczy, mąka pełnoziarnista owsiana, pszenna, żytnia, jęczmienna, cukier trzcinowy, olej słonecznikowy</p> <p>Gruszka Ryż</p>
Piątek 22.09.2023 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym Tosty z wędliną i warzywami herbata z cytryną	1	<p>Zupa mleczna- napój ryżowy, płatki kukurydziane Chleb tostowy (mąka pszenna, drożdże, sól), masło roślinne, wędlina, pomidor, ogórek, papryka Herbata, cytryna, cukier</p> <p>Zupa mleczna - napój ryżowy, płatki kukurydziane Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, wędlina, pomidor, ogórek, papryka Herbata. cytryna, cukier</p>
	Obiad	Zupa minestrone Dorsz z pieca Ryż z warzywami Śliwka Herbatka owocowa	1,4	<p>Zupa – koncentrat pomidorowy, fasolka szparagowa, cukinia, czosnek, marchew, oliwa z oliwek, bazylija, natka pietruszki, szpinak, tymianek, pomidor pelati, makaron grandine Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Dorsz – dorsz, olej, czosnek, cytryna, sól, pieprz naturalny Ryż z warzywami – ryż jaśminowy, papryka, koper, cukinia, pietruszka natka, por, cebula, czosnek, oliwa, tymianek, pieprz młotkowany, chili Śliwka</p>

			4	<p>Herbata owocowa, cukier</p> <p>Zupa – koncentrat pomidorowy, fasolka szparagowa, cukinia, czosnek, marchew, oliwa z oliwek, bazylia, natka pietruszki, szpinak, tymianek, pomidor pelati, makaron bezglutenowy</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, wędlina, pomidor, ogórek, Dorsz – dorsz, olej, czosnek, cytryna, sól, pieprz naturalny</p> <p>Ryż z warzywami – ryż jaśminowy, papryka, koper, cukinia, pietruszka natka, por, cebula, czosnek, oliwa, tymianek, pieprz młotkowany, chili</p> <p>Śliwka</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
	Podwieczorek	Jogurt owocowy Chrupki kukurydziane		<p>Jogurt (mleczko kokosowe 78,9% (woda, ekstrakt z kokosa), cukier, skrobia modyfikowana, owoce leśne 5% (jagoda, sok jeżynowy z zagęszczonego soku, przecier poziomkowy zagęszczonego przecieru), wapń, białka bobu, koncentrat z rzodkwi, jabłka i czarnej porzeczki, koncentrat z marchwi, zagęszczony sok cytrynowy, 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