

JADŁOSPIS 9 – 13.10.2023 r.

DIETY bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 9.10.2023 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym z daktylami Bułka z masłem roślinnym, pierś indyka/ kurczaka, ogórek Herbata	1	Zupa - napój owsiany, ryż, daktyle Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, razowa, pszena, woda, drożdże, sól), masło roślinne, pierś indyka/ kurczaka, ogórek Herbata czarna, cukier Zupa - napój owsiany, ryż, daktyle Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś indyka/ kurczaka, ogórek Herbata czarna, cukier
	Obiad	Krem z dyni z grzankami Spaghetti bolognese Kompot malinowy	1,3	Zupa - dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, sól, pieprz, curry, chili, rozmaryn Chleb tostowy (mąka pszena, drożdże, woda, sól) Spaghetti - makaron spaghetti (mąka pszena, jajka), łąpatka, marchew, cebula, czosnek, pietruszka, seler, pomidor pelati, koncentrat pomidorowy, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (24%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, mielone ziarno słonecznika, aromat mozzarelli, regulator kwasowości: kwas mlekowy, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), sól, pieprz, oregano, bazylia, zioła prowansalskie Kompot – maliny, cukier Zupa- dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, masło roślinne, sól, pieprz, curry, chili, rozmaryn 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) Spaghetti - makaron spaghetti bezglutenowy), łąpatka, marchew, cebula, czosnek, pietruszka, seler, pomidor pelati, koncentrat pomidorowy, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (24%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, mielone ziarno słonecznika, aromat mozzarelli, regulator kwasowości: kwas mlekowy, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), sól, pieprz, oregano, bazylia, zioła prowansalskie Kompot- maliny, cukier
	Podwieczorek	Budyń czekoladowy Gruszka	1,3	Budyń – napój owsiany, mąka ziemniaczana, kakao, cukier Gruszka
Wtorek 10.10.2023 r.	Śniadanie	Kawa inka Bułka z masłem roślinnym, ser żółty, pomidor, papryka, ogórek	1	Kawa inka – napój owsiany, kawa inka Bułka grahamka (mąka żytnia, pszena, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (24%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, mielone ziarno słonecznika, aromat mozzarelli, regulator kwasowości: kwas mlekowy, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), pomidor, papryka, ogórek

				<p>Kawa inka – napój owsiany, kawa inka</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, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (24%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, mielone ziarno słonecznika, aromat mozzarelli, regulator kwasowości: kwas mlekowy, ekstrakt z oliwek, barwnik: B- karoten, witamina B12), pomidor, papryka, ogórek</p>
	Obiad	<p>Zupa koperkowa, pieczywo</p> <p>Kasza w sosie truflowym z kurczakiem i pieczarkami</p> <p>Kompot agrestowy</p>	<p>1,9</p> <p>9</p>	<p>Zupa - porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, olej rzepakowy, Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Kasza – pęczak, filet z kurczaka, pieczarka, cebula, czosnek, pomidory suszone, olej rzepakowy, mąka pszenna, krem truflowy (grzyby, czarne trufle, pietruszka, aromat truflowy, aromat borowikowy, czosnek, pieprz, starty chleb, woda, olej słonecznikowy, sól), sól, pieprz, chili, gałka muskatołowa</p> <p>Kompot – agrest, cukier</p> <p>Zupa - zeberka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</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>Kasza – kasza jaglana), filet z kurczaka, pieczarka, cebula, czosnek, pomidory suszone, olej rzepakowy, krem truflowy (grzyby, czarne trufle, pietruszka, aromat truflowy, aromat borowikowy, czosnek, pieprz, starty chleb, woda, olej słonecznikowy, sól), sól, pieprz, chili, gałka muskatołowa</p> <p>Kompot – agrest, cukier</p>
	Podwieczorek	<p>Pudding mleczno - ryżowy z miodem i truskawkami</p> <p>Wafle ryżowe</p>		<p>Pudding - napój owsiany, ryż, truskawki, miód</p> <p>Ryż</p>
Środa 11.10.2023 r.	Śniadanie	<p>Płatki kukurydziane na mleku roślinnym</p> <p>Bułka z masłem roślinnym, pasta warzywna, ogórek kiszony</p> <p>Herbata z cytryną</p>	1	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, marchew, papryka, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony</p> <p>Herbata czarna, cytryna, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane bezglutenowe</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, marchew, papryka, czosnek, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, kminek, ogórek kiszony</p> <p>Herbata czarna, cytryna, cukier</p>
	Obiad	<p>Zupa gulaszowa</p> <p>Kopytka ze stoniną</p> <p>Kompot truskawkowy</p>	1,9	<p>Zupa – karczek wieprzowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, pieczarki, papryka, czosnek, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, tymianek</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Kopytka - ziemniaki, mąka ziemniaczana, słonina, boczec, cebula, sól, pieprz</p> <p>Kompot – truskawki, cukier</p>

Piątek 13.10.2023 r.				Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Kotlecik rybny Ziemniaki z koperkiem Surówka z marchwi i chrzanem Kompot wieloowocowy	3,4,9	Zupa - porcja kurczaka, makaron ryż biały, marchew, pietruszka, seler, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , natka pietruszki, sól, pieprz Kotlecik - morszczuk , jajka , cebula, czosnek, koper, tłuszcz, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - marchew, jabłko, natka pietruszki, majonez, chrzan, sól Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier
			3,4,9	Zupa- porcja kurczaka, ryż, marchew, pietruszka, seler, cebula, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, sól, pieprz Kotlecik – morszczuk , jajka , , cebula, czosnek, koper, tłuszcz, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - marchew, jabłko, natka pietruszki, majonez, chrzan, sól Kompot – mieszanka wieloowocowa, cukier
Podwieczorek	Cebularz/ bułka z masłem Herbata z cytryną	1	Cebularz – mąka pszenna , cebula, woda, mak, olej rzepakowy, cukier, sól drożdże, otręby pszenne Herbata, miód, cytryna Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne Herbata, miód, cytryna	

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