

JADŁOSPIS 23 – 27.10.2023 r.

DIETY **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 23.10.2023 r.	Śniadanie	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka, pomidor, ogórek Herbata z cytryną	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa, pszena</b> , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, ogórek Herbata, cytryny, miód  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 Herbata, cytryny, miód
	Obiad	Krem z pomidorów, pieczywo Makaron ze szpinakiem i serem Kompot agrestowy	1	Zupa - pomidory pelati, marchew, cebula, czosnek, natka pietruszki, bazylia, oliwa, sól, pieprz, cukier Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszena, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron - makaron strozzapreti (kasza manna <b>pszena</b> , woda), szpinak, czosnek, cebula, 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), natka pietruszki, ser mozzarella 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), mąka <b>pszena</b> , oliwa z oliwek, sól, pieprz Kompot – agrest, cukier  Zupa - pomidory pelati, marchew, cebula, czosnek, natka pietruszki, bazylia, oliwa, sól, pieprz, cukier 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, szpinak, czosnek, cebula, 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), natka pietruszki, ser emiligrana 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), oliwa z oliwek, sól, pieprz Kompot – agrest, cukier
	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy Ciasto z marmoladą		Kisiel - truskawki, mąka ziemniaczana, cukier Ciasto - marmolada, mąka ryżowa/kukurydziana, napój ryżowy, masło roślinne, drożdże, cukier
Wtorek 24.10.2023 r.	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, serek wege, ogórek, szczypior	1	Kawa – napój owsiany, kawa inka Bułka kukurydziana (mąka <b>pszena</b> , 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), ogórek, szczypior  Kawa – napój ryżowy, 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, serek

				wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), ogórek, szczypiorek
	<b>Obiad</b>	Zupa ziemniaczana z groszkiem, pieczywo Kurczak w sosie słodko kwaśnym Ryż Kompot śliwkowy	1,9  9	Zupa - porcja kurczaka, groszek, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, koper, natka pietruszki, olej, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Kurczak – pierś z kurczaka, ananas, cebula, cytryna, czosnek, koncentrat pomidorowy, kukurydza konserwowa, marchew, pietruszka, papryka, olej, por, <b>seler</b> , sól, papryka słodka, pieprz, kolendra, imbir, mąka ziemniaczana Ryż Kompot- śliwki, cukier  Zupa - porcja kurczaka, groszek, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, koper, natka pietruszki, olej, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię (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 – pierś z kurczaka, ananas, cebula, cytryna, czosnek, koncentrat pomidorowy, kukurydza konserwowa, marchew, pietruszka, papryka, olej, por, <b>seler</b> , sól, papryka słodka, pieprz, kolendra, imbir, mąka ziemniaczana Ryż Kompot- śliwki, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Budyń śmietankowy Banan		Budyń- napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier Banan
<b>Środa</b> <b>25.10.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki czekoladowe na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, pierś kurczaka, sałata, ogórek, Herbata, cukier  Zupa mleczna- napój owsiany, płatki czekoladowe Bułka bezglutenowa (woda, skrobię (kukurydziana, ryżowa), mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś kurczaka, sałata, ogórek, Herbata, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa kalafiorowa, pieczywo Kluski śląskie ze skwarkami Surówka z buraczka, jabłka Lemoniada	1,3,9  3,7,9	Zupa - porcja rosółowa, kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, koper, natka pietruszki, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Śląskie – ziemniaki, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, <b>jajka</b> , sól, słonina, boczek wędzony Surówka – buraki, jabłko, cebula, koper, czosnek, oliwa, ocet jabłkowy, cukier, sól, pieprz Lemoniada – zagęszczony sok jabłkowy/ pomarańczowy, woda  Zupa - porcja rosółowa, kalafior, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, koper, natka pietruszki, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię (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) Śląskie – ziemniaki, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, <b>jajka</b> , sól, słonina, boczek wędzony Surówka – buraki, jabłko, cebula, koper, czosnek, oliwa, ocet jabłkowy, cukier, sól, pieprz Lemoniada – zagęszczony sok jabłkowy/ pomarańczowy, woda

	<b>Podwieczorek</b>	Bułka z masą miodową Kompot malinowy	1	Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa, pszenna</b> , drożdże, sól), masło roślinne, miód Kompot – maliny, cukier  Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, miód Kompot – maliny, cukier
<b>Czwartek</b> <b>26.10.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kakao na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, ser żółty, pomidor, papryka, ogórek	1	Kakao - napój owsiany, kakao Bułka grahamka (mąka <b>żytnia, pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , 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), pomidor, papryka, ogórek  Kakao - napój owsiany, kakao 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), pomidor, papryka, ogórek
	<b>Obiad</b>	Kapuśniak mazurski, pieczywo Pulpety w sosie pomidorowym Kasza bulgur/ jaglana Surówka coleslaw Kompot truskawkowy	1,3,9,10     3,9,10	Zupa – zeberka, boczek wędzony, kapusta kiszona, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koper, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, majeranek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna, żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Pulpety – wieprzowina karkówka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, <b>jajka</b> , koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, cukier, olej, oregano, papryka słodka, pieprz, sól Kasza bulgur Surówka – kapusta biała, marchew, cebula, chrzan, cukier, koper, <b>majonez</b> , ocet jabłkowy, sól Kompot – truskawki, cukier  Zupa – zeberka, boczek wędzony, kapusta kiszona, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koper, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, majeranek 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) Pulpety - wieprzowina karkówka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, <b>jajka</b> , koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, cukier, olej, oregano, papryka słodka, pieprz, sól Kasza jaglana Surówka – kapusta biała, marchew, cebula, chrzan, cukier, koper, <b>majonez</b> , ocet jabłkowy, sól Kompot – truskawki, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Ciastko drożdżowe z czarną porzeczką Soczek	3	Ciastko - mąka kukurydziana, mąka gryczana, mąka jaglana, <b>jajka</b> , napój owsiany, drożdże, cukier, czarna porzeczką Soczek pomarańczowy/ jabłkowy
<b>Piątek</b> <b>27.10.2023 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Kasza na mleku roślinnym z rodzynkami Bułka z masłem, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek, szczypior Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jęczmienna <b>pszenna</b> , rodzynki Bułka grahamka (mąka <b>żytnia, pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, jajka, majonez, sól, pieprz, rzodkiewka, ogórek, szczypior Herbata czarna, cukier  Zupa mleczna- napój ryżowy, kasza gryczana, rodzynki Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajka, majonez, sól, pieprz, rzodkiewka, ogórek, szczypior Herbata czarna, cukier

	<b>Obiad</b>	Zupa krupnik ryżowy, pieczywo Ryba pieczona z pieca Ziemniaki z koperem Mieszanka królewska Kompot wiśniowy	1,3,4,9	Zupa – żeberka, ryż, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno – żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Ryba - <b>morszczuk</b> , <b>jajka</b> , olej, sól, pieprz Ziemniaki, koper Mieszanka – kalafior, marchew, brokuł, masło roślinne Kompot – wiśnia, cukier
			3,4,9	Zupa – żeberka, ryż, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy 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) Ryba - <b>morszczuk</b> , <b>jajka</b> , olej, sól, pieprz Ziemniaki, koper Mieszanka – kalafior, marchew, brokuł, masło roślinne Kompot – wiśnia, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Chałka/ bułka z masłem Sok	1,3	Chałka (mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> , woda, drożdże, olej rzepakowy), masło roślinne Sok– jabłko, mięta  Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne Sok - jabłko, mięta

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