

JADŁOSPIS 4 – 8.12.2023 r.
DIETA bezmleczna/ bezglutenowa

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyttuszczeniem alergenów
Poniedziałek 4.12.2023 r.	Śniadanie	Ryż na mleku roślinnym Bułka z masłem, polędwica z indyka, pomidor, papryka, ogórek Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, ryż Bułka grahamka (mąka pszenna , żytnia, woda, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, papryka, ogórek Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, ryż 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, papryka, ogórek Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Krem pomidorowy ze świeżą bazylią, pieczywo Makaron z serem i boczkiem Kompot wieloowocowy	1	Zupa – pomidor pelati, marchew, cebula, czosnek, bazylia, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz, cukier Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron z serem - makaron (mąka semolina z pszenicy durum), serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: laktan kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12) słonina, boczek, cebula, sól Kompot - agrest, cukier Zupa – pomidor pelati, marchew, cebula, czosnek, bazylia, natka pietruszki, 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 z serem – makaron bezglutenowy, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: laktan kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), słonina, boczek, cebula, sól Kompot – mieszanka owocowa, cukier
	Podwieczorek	Mus owocowy		Jabłko, gruszka, banan
Wtorek 5.12.2023 r.	Śniadanie	Kawa inka na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica drobiowa, ogórek Herbata	1	Kawa - napój owsiany, kawa inka Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , graham, woda, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica drobiowa, ogórek Herbata, cukier Zupa mleczna- napój migdałowy, kawa inka Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, polędwica drobiowa, ogórek / ogórek kiszony Herbata, cukier

	Obiad	Zupa neapolitańska Kurczak po chińsku Ryż Kompot truskawkowy	1,9	Zupa – porcja rosółowa, makaron (mąka pszenna durum), marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kurczak - filet kurczaka, kapusta biała, marchew, grzyby mun, pędy bambusa, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, imbir świeży, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, papryka słodka, kolendra Ryż Kompot – truskawki, cukier
			9	Zupa – porcja rosółowa, makaron bezglutenowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kurczak - filet kurczaka, kapusta biała, marchew, grzyby mun, pędy bambusa, cebula, por, czosnek, natka pietruszki, imbir świeży, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, papryka słodka, kolendra Ryż Kompot – truskawki, cukier
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z czarną porzeczką Woda z cytryną	3	Ciasto – czarna porzeczką, mąka kukurydziana, mąka jaglana, mąka ryżowa, napój ryżowy, drożdże, masło roślinne, jajka Cytryny
Środa 6.12.2023 r.	Śniadanie	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, szczypior, ogórek, rzodkiewka Herbata z cytryną	1,3	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza manna Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , mąka, drożdże, sól), masło roślinne, jajka , majonez, szczypior, rzodkiewka, ogórek Herbata, cytryny, miód
			3	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, jajka , majonez, szczypior, rzodkiewka, ogórek Herbata, cytryny, miód
	Obiad	Żurek z jajkiem, pieczywo Kopytka Kompot z czarnej porzeczeki Mandarynka	1,3,9,10	Żurek - boczek wędzony, kiełbasa podwawelska, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, żurek , chrzan, sól, pieprz, majeranek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kluseczki – ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka , olej Kompot – porzeczką czarna, cukier Mandarynka
			3,9,10	Żurek - boczek wędzony, kiełbasa podwawelska, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, chrzan, sól, pieprz, majeranek Kluseczki – ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka , olej rzepakowy 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)

		Herbata		<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, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), szynka, ogórek, papryka</p> <p>Herbata, cukier</p>
	Obiad	Zupa rybna, pieczywo Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem Kompot wieloowocowy	1,4,9	<p>Zupa rybna- porcja rosółowa, dorsz, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Zapiekanka- ryż, jabłko, napój ryżowy, cukier, cynamon, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa)</p> <p>Kompot- mieszanka owocowa, cukier</p>
			4,9	<p>Zupa rybna- porcja rosółowa, dorsz, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, 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>Zapiekanka - ryż, jabłko, napój ryżowy, cukier, cynamon, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa)</p> <p>Kompot – mieszanka owocowa, cukier</p>
Podwieczorek	Bułka z masłem roślinnym i dżemem Kompot wiśniowy	1	<p>Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, żytnia, pszenna, mąka, drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony</p> <p>Kompot – wiśnie, cukier</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, dżem niskosłodzony</p> <p>Kompot – wiśnie, cukier</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