

JADŁOSPIS 28-31 XII

DIETA BEZMLECZNA

Data	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 28.12.2020	Śniadanie*	Kasza manna na mleku z morelami Bułka z szynką i ogórkiem Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- mleko owsiane, kasza manna , morele suszone Bułka grahamka (mąka żytnia graham, pszenna , woda, drożdże, sól), szynka softysa, sałata, ogórek Herbata owocowa, cukier
	obiad	Żurek z jajkiem i ziemniakami Makaron puttanesca Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,9	Żurek- jaja , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, kielbasa, boczek wędzony, chrzan, mąka żytnia , ocet winny, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek II danie- makaron świderki (mąka durum, jaja), boczek, pomidor w zalewie, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, bazylija, sól, pieprz, chili, Kompot- czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek*	mus owocowy Pałeczki kukurydziane	1	banan, truskawka, malina Pałeczki kukurydziane (kasza kukurydziana)
Wtorek 29.12.2020	Śniadanie*	Płatki orkiszowe z żurawiną na mleku Bułka z wędliną i pomidorem Kompot wieloowocowy	1	Zupa mleczna- mleko ryżowe, płatki orkiszowe , żurawina Bułka żytnia (mąka żytnia , woda, drożdże, słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane), polędwica z indyka, pomidor Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	obiad	Rosół z makaronem Pieczeń ze schabu w sosie myśliwskim Kasza jęczmienna Cząstki ogórka kiszzonego Lemoniada	1,3,9	Rosół- porcja rosółowa, makaron (mąka durum, jaja), marchew, pietruszka, seler , kapusta biała, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk Pieczeń- schab wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, śliwki suszone, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, papryka słodka, majeranek, kminek Kasza jęczmienna , ogórek kiszony Lemoniada- cytryny, miód
	Podwieczorek*	Salatka owocowa Krążek ryżowy		Jabłko, banan, mandarynka, cytryna ryż
Środa 30.12.2020	Śniadanie*	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z pastą jajeczną z ogórkiem i rzodkiewką Herbata z cytryną	1,3	Zupa mleczna- mleko owsiane, płatki kukurydziane Kanapka- bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), jaja , szczypiorek, ogórek, rzodkiewka Herbata, cytryna, cukier
	obiad	Zupa zacierka Szyneł cielęcy z rodzynkami w sosie rodzynekowym szparagowym Ziemniaki z koperkiem	1,3,9	Zupa- boczek wędzony, makaron (mąka z mąki durum, jaja), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki Polędwiczka cielęca, rodzynki, szparagi, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Surówka- kapusta pekińska, papryka, ogórek, rzodkiewka, szczypiorek, koper, oliwa, ocet winny, sól, cukier, oregano Kompot- śliwki, cukier

		Surówka z kapusty pekińskiej Kompot śliwkowy		
	Podwieczorek*	Mus truskawkowo-bananowy Rogal maślany	1,3	Mus- banan, truskawki, otręby Rogal- mąka pszenna , woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy
Czwartek 31.12.2020	Śniadanie*	Płatki jęczmienne z rodzynkami na mleku Bułka z dżemem, Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- mleko owsiane, płatki jęczmienne , rodzyнки Bulka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , drożdże, płatki pszenne, owsiane, otręby żytnie , sól), dżem Herbata owocowa, cukier
	obiad	Zupa krem z kalafiora Sandacz w sosie cytrynowym z ziemniakami Surówka z czerwonej kapusty Kompot wieloowocowy	1,4,9	Zupa- porcja kurczaka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie- sandacz , szpinak, mąka pszenna , olej, czosnek, koper, cytryna, sól, pieprz Surówka- czerwona kapusta, jabłko, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier Kompot- mieszanka, cukier
	Podwieczorek*	Bułka z miodem Soczek owocowy	1	Bulka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , drożdże, płatki pszenne, owsiane, otręby żytnie , sól), miód Soczek- jabłko, pomarańcza, marchew, banan, brzoskwinia, gujawa, papaja, mango, marakuja, liczi, kiwi, limonka

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- tulin, 14- mięczaki

*Dotyczy dzieci w przedszkolu

* jadłospis może ulec zmianie