

JADŁOSPIS 8-12.02.2021				
DIETA BEZMLECZNA				
DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 8.02.2021	Śniadanie*	Kasza gryczana na mleku Bułka z masłem roślinnym, szynka, papryka Herbata z cytryną	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza gryczana Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, papryka Herbata, cytryna, miód
	obiad	Zupa ziemniaczana z groszkiem Pieczeń wieprzowa z modrą kapustą Ziemniaki z koperkiem lemoniada	1,9	zupa- porcja rosółowa, ziemniaki, groszek zielony, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, mąka pszenna II danie- schab, kapusta czerwona, rodzynki, morele, cebula, czosnek, cytryna, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka Ziemniaki, koper Lemoniada- cytryny, miód
	Podwieczorek *	Budyń czekoladowy owoc		Budyń- napój owsiany, mąka ziemniaczana, cukier, kakao winogron
wtorek 9.02.2021	Śniadanie*	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z masłem roślinnym, jajecznica, pomidor herbata	1,3	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, jaja, pomidor Herbata, cukier
	obiad	Zupa kalafiorowa Szyneł z indyka w sosie paprykowym Kasza jęczmienna Surówka z białej kapusty Kompot z czerwonej porzeczki	1	Zupa- porcja kurczaka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, mąka pszenna II danie- filet indyka, papryka, marchew, pietruszka, natka pietruszki, czosnek, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek, papryka Kasza jęczmienna Surówka- kapusta biała, marchew, cebula, chrzan, ocet jabłkowy, sól, cukier Kompot- porzeczka czerwona, cukier
	Podwieczorek *	Talerz owoców Wafle ryżowe		Jabłko, banan, mandarynka ryż
środa 10.02.2021	Śniadanie*	Płatki owsiane na mleku z rodzynkami Bułka z masłem roślinnym, połędwica z indyka, ogórek kiszony Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki owsiane , rodzynki Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, połędwica z indyka, ogórek kiszony Herbata owocowa, cukier
	obiad	Barszcz czerwony niezabielany Pierogi z mięsem Surówka z kapusty pekińskiej, papryki i oliwy Kompot wieloowocowy	1,3,9,10	Barszcz- żeberka, buraki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, czosnek, ocet jabłkowy, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy Pierogi- mąka pszenna , jaja , łopatką wieprzowa, cebula, boczek wędzony, słonina, olej rzepakowy, sól, pieprz Surówka- kapusta pekińska, papryka, ogórek, szczypior, rzodkiewka, koper, natka pietruszki, czosnek, musztarda , ocet jabłkowy, oliwa, sól, pieprz, cukier, oregano Kompot- mieszanka owocowa, cukier

	Podwieczorek *	Ciasto drożdżowe z jabłkami mleko	1,3	Ciasto- mąka pszenna, jaja , masło roślinne, napój owsiany cukier, drożdże, jabłko Napój ryżowy
czwartek 11.02.2021	Śniadanie*	Kasza manna na mleku z bananami Bułka z masłem roślinnym, szynka, pomidor Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza manna , banan Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, razowa, pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne, owsiane, żytnie , sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, pomidor Herbata owocowa, cukier
	obiad	Rosół domowy z makaronem i natką pietruszki Kurczak tandori z ryżem Marchewka z groszkiem duszona Kompot wiśniowy	1,3,9	zupa- porcja kurczaka, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, makaron (mąka pszenna durum, jaja), Kurczak- podudzie, olej rzepakowy, czosnek, kolendra, curry, tymianek, papryka słodka, sól, pieprz ryż Marchewka, groszek zielony, masło roślinne, mąka pszenna Kompot- wiśnia, cukier
	Podwieczorek *	pączek Woda z cytryną	1,3	Mąka pszenna, jaja , cukier, drożdże, olej, dżem cytryna
Piątek 12.02.2021	Śniadanie*	Płatki ryżowe na mleku z morelami Bułka z masłem roślinnym, pasta warzywno-mięsna Herbata	1	Zupa mleczna- napój ryżowy, płatki ryżowe, morele Bułka prymusa (mąka żytnia , słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane , drożdże), masło roślinne, szynka, soczewica, papryka, ogórek Herbata, cukier
	obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ryba panierowana z pieca Ziemniaki puree Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i jabłkiem Kompot śliwkowy	1,3,4,9	Zupa –porcja kurczaka, makaron (mąka pszenna durum, jaja), marchew, pietruszka, seler , por, cebula, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie- morszczuk , mąka pszenna, jaja , bułka pszenna tarta, sól, pieprz Ziemniaki Surówka- kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa, sól, cukier, pieprz Kompot- śliwka, cukier
	Podwieczorek *	Kisiel truskawkowy Baton zbożowy	1	Kisiel- truskawki, mąka ziemniaczana, cukier Baton- płatki owsiane , kukurydziane, mąka ryżowa, napój owsiany, żurawina suszona, miód, olej, masło roślinne

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