

JADŁOSPIS 15-19.02.2021				
DIETA BEZMLECZNA				
DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
poniedziałek 15.02.2021	Śniadanie*	Płatki ryżowe z morelami na mleku Bułka z szynką, papryka Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki ryżowe, morele Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), szynka wieprzowa, papryka Herbata, cukier
	obiad	Zupa z soczewicy Makaron z boczkiem Kompot wieloowocowy	1,3,9	zupa- żeberka, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie-makaron świderki (mąka pszenna durum, jaja), papryka, boczek wędzony, stonina, olej rzepakowy, sól Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	Podwieczorek*	Chałka z dżemem kakao	1,3	Chałka (mąka pszenna woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy), dżem niskosłodzony Kakao- napój owsiany, kakao, cukier
wtorek 16.02.2021	Śniadanie*	Płatki owsiane z rodzynkami na mleku Bułka z polędwicą z indyka, ogórek kiszony Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki owsiane , rodzynki Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), polędwica z indyka, ogórek kiszony Herbata owocowa, cukier
	obiad	Zupa zacierka Gulasz wieprzowo- wołowy z warzywami Ziemniaki z koperkiem Surówka z selera, jabłka i marchewki Kompot z czarnej porzeczki	1,3,9	Zupa- porcja kurczaka, boczek wędzony, makaron drobny (mąka pszenna durum, jaja), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie- łopatka wieprzowa, udziec wołowy, papryka, marchew, pietruszka, cebula, por, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, mąka pszenna Surówka- seler , jabłka, marchew, rodzynka, oliwa, sól Kompot- porzeczka czarna, cukier
	Podwieczorek*	Zapiekanka z kaszy jaglanej Woda z cytryną		Zapiekanka- kasza jaglana, jabłka, napój ryżowy, cukier, cynamon cytryna
środa 17.02.2021	Śniadanie*	Zupa mleczna z ryżem i daktylami Bułka z pastą paprykową, ogórek kiszony Herbata	1	Zupa mleczna- napój ryżowy, ryż, daktyle Bułka żytnia (mąka żytnia , woda, drożdże, słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane), papryka, marchew, ogórek kiszony, czosnek, oliwa, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	obiad	Zupa krem z buraka Kopytka w sosie pieczarkowym Surówka z marchewki i jabłka Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,9	zupa- buraki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, czosnek, ocet jabłkowy, sól, pieprz Kopytka (ziemniaki, jaja, mąka pszenna, ziemniaczana), pieczarki, marchew, pietruszka, cebula, mąka pszenna, sól, pieprz Surówka- marchew, jabłko, cytryna Kompot- czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek*	Śliwki pod cynamonową kruszonką Herbata owocowa	1	Śliwki, mąka żytnia , pszenna , płatki owsiane , cukier trzcinowy, imbir, cynamon Herbata owocowa, cukier

czwartek 18.02.2021	Śniadanie*	Płatki jęczmienne z żurawiną na mleku Bułka z pasta jajeczną, rzodkiewka, ogórek Herbata z cytryną	1,3,10	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jęczmienne , żurawina Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , razowa , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , owsiane , żytnie, sól), jaja , majonez , rzodkiewka, ogórek, sól, pieprz Herbata, cytryna, miód
	obiad	Zupa pomidorowa z ryżem Połudwiczki wieprzowe z sosem pieczeniowym Kasza gryczana Surówka z buraków, jabłka i cebulki Kompot wieloowocowy	1,9	zupa- porcja kurczaka, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, mąka pszenna , ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Połudwiczki wieprzowe, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, natka pietruszki, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Kasza gryczana Surówka- burak, jabłka, cebula, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, cukier Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	Podwieczorek*	Pudding ryżowy z malinami Woda z cytryną		Pudding- napój ryżowy, ryż, gruszka, maliny, laska wanilii cytryna
Piątek 19.02.2021	Śniadanie*	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z szynką i pomidorem Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka kukurydziana (mąka pszenna , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, sól jodowana cukier, drożdże, sól), szynka sołtysa, pomidor Herbata owocowa, cukier
	obiad	Zupa pieczarkowa Ryba z pieca w sosie koperkowym Ziemniaki puree Surówka z kapusty białej z majonezem Lemoniada owoc	1,4,9,10	Zupa –porcja kurczaka, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy II danie- dorsz , cytryna, czosnek, koper, mąka pszenna , sól, pieprz Ziemniaki Surówka- kapusta, marchew, cebula, majonez , chrzan, sól, cukier, pieprz Lemoniada- cytryny, miód mandarynka
	Podwieczorek*	Ciasto marchewkowe herbata	1,3	Ciasto- marchew, mąka pszenna , jaja , cukier, cynamon, proszek do pieczenia, soda Herbata, cukier

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

*Dotyczy dzieci w przedszkolu

* jadłospis może ulec zmianie