

JADŁOSPIS 22-26.02.2021r.

DIETA BEZMLECZNA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
poniedziałek 22.02.2021r.	Śniadanie*	Płatki owsiane z rodzynkami na mleku Bułka z polędwicą z indyka i ogórkiem kiszonym Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki owsiane , rodzynki Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), polędwica z indyka, ogórek kiszony Herbata, cukier
	Obiad	Zupa gulaszowa Makaron z truskawkami Kompot wieloowocowy	1,3,9	Zupa- łopatka wołowa, ziemniaki, marchew, papryka, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, papryka słodka, tymianek, liść laurowy II danie-makaron świderki (mąka pszenna durum, jaja), truskawki, napój ryżowy Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	Podwieczorek*	Talerz owocowy Wafle ryżowe		Winogrona, banan, jabłka ryż
wtorek 23.02.2021r.	Śniadanie*	Kasza jagłana na mleku z bananami Bułka z pastą z soczewicy, papryka Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jagłana, banan Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), soczewica, marchew, czosnek, oliwa, sól, pieprz, papryka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa ogórkowa Pieczeń wieprzowa w sosie pieczeniowym Kasza jęczmienna Surówka z czerwonej kapusty Kompot z czarnej porzeczki	1,9	Zupa- porcja kurczaka, ogórek kiszony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Pieczeń- schab, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, rozmaryn Kasza jęczmienna Surówka- kapusta czerwona, jabłka, marchew, cebula, oliwa, ocet, sól, cukier Kompot- czarna porzeczka, cukier
	Podwieczorek*	Bułka z masą miodową Napój ryżowy	1	Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), pestki słonecznika, miód Napój ryżowy
środa 24.02.2021r.	Śniadanie*	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z jajkiem i pomidorem Herbata z cytryną	1,3	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka żytnia (mąka żytnia , woda, drożdże, słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane), jaja , pomidor, oliwa Herbata, cytryna, miód
	Obiad	Zupa kalafiorowa Kotlet pożarski Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty pekińskiej Kompot z czerwonej porzeczki	1,3,9,10	Zupa- porcja kurczaka, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, cebula, mąka pszenna , ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Kotlet- filet kurczaka, cebula, czosnek, natka pietruszki, jaja , bułka pszenna , otręby pszenne , olej rzepakowy, sól, pieprz Surówka- kapusta pekińska, papryka, ogórek kiszony, natka pietruszki, oliwa, ocet, musztarda , sól, pieprz, cukier, oregano Kompot- czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek*	Budyń czekoladowy jabłko		Budyń- napój ryżowy, mąka ziemniaczana, kakao jabłko

czwartek 25.02.2021r.	Śniadanie*	Kasza gryczana na mleku Bułka z pastą paprykową ogórek kiszony Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza gryczana Bułka kukurydziana (mąka pszenna , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, sól jodowana cukier, drożdże, sól), papryka, czosnek, oliwa, bazylia, sól, ogórek kiszony Herbata, cukier
	Obiad	Krupnik jaglany Potrawka z kurczaka z zielonym groszkiem Ryż Ogórek kiszony Kompot śliwkowy	1	zupa- porcja kurczaka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Potrawka- tuszka kurczaka, marchew, groszek, pietruszka, seler , cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, tymianek Ryż Ogórek kiszony Kompot- śliwki, cukier
	Podwieczorek*	Rogal maślany Kisiel truskawkowy	1,3	rogal maślany - mąka pszenna , woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy Kisiel- truskawki, mąka ziemniaczana, cukier
Piątek 26.02.2021r.	Śniadanie*	Zupa mleczna z makaronem Bułka z dżemem Herbata Owoc	1,3	Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka pszenna durum, jaja) Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), dżem niskosłodzony Herbata, cukier Banan
	Obiad	Barszcz ukraiński Mielony kotlet rybny Ziemniaki puree Surówka z kapusty białej, marchewki i papryki Kompot wieloowocowy	1,3,4,9	Barszcz- żeberka, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, mąka pszenna , ocet, jabłkowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Kotlet- morszczuk , jaja , bułka pszenna (mąka pszenna , drożdże, woda, sól), bułka tarta pszenna , cebula, czosnek, koper, natka pietruszki, sól, pieprz Ziemniaki Surówka- kapusta, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa, sól, pieprz Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	Podwieczorek*	Baton Kompot truskawkowy	1	Batonik zbożowy- śliwki suszone, żurawina, rodzynki, morele, ryż preparowany, tłuszcz roślinny Kompot- truskawki, 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