

**JADŁOSPIS 21-25.09**  
**DIETA BEZMLECZNA**

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 21.09.2020	ŚNIADANIE*	Bułka grahamka, dżem niskosłodzony, Herbata owocowa	1	Bułka <b>grahamka</b> - mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>pszenna graham</b> , mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, oleje roślinne, dżem niskosłodzony herbata - owocowa, cukier
	OBIAD	Krupnik Kurczak po chińsku, Ryż mieszany Kompot wieloowocowy	1,9	Zupa- kasza <b>jęczmienna</b> , ziemniaki, marchew, pietruszką, <b>seler</b> , cebula, sól, pieprz, ziele ang., liść laurowy, filet kurczaka, papryka, marchew, pieczarka, cebula, chili w płatkach, mąka, imbir świeży, kolendra, sól, pieprz, ryż biały i brązowy mieszanka owocowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Talerz owoców Herbata owocowa		Gruszka, winogron, jabłko Herbata owocowa
Wtorek 22.09.2020	ŚNIADANIE*	Bułka wieloziarnista, polędwica z indyka, sałata, ogórek, Herbata z cytryną	1	Bułka <b>wieloziarnista</b> - mąka <b>pszenna</b> , woda, mieszanka <b>wieloziarnista</b> (ziarno słonecznika, siemię lniane, mąka <b>żytnia</b> , otręby <b>pszenne</b> , cukier, sól), drożdże, mąka ziemniaczana, mąka <b>żytnia</b> , polędwica z indyka, sałata, ogórek, Herbata- cytryna, cukier
	OBIAD	Rosół z makaronem Udko pieczone Kasza pęczak Surówka z białej kapusty, Kompot z czarnej porzeczki	1,9	Rosół- makaron z mąki <b>durum</b> , marchew, pietruszką, <b>seler</b> , cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele ang., liść laurowy, udko kurczaka, czosnek, curry, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz, chili w płatkach, kasza <b>pęczak</b> , surówka- biała kapusta, marchew, oliwa, cytryna, cukier, kompot- czarna porzeczka, cukier
	PODWIECZOREK*	Kisiel owocowy, batonik zbożowy	1	Mieszanka owocowa, mąka ziemniaczana, cukier Batonik <b>zbożowy</b>

Środa 23.09.2020	ŚNIADANIE*	bułka siedlecka szynka drobiowa, papryka, rzodkiewka, herbata z cytryną	1	Bułka siedlecka- mąka <b>pszenna</b> , woda, drożdże, cukier, mąka <b>żytnia</b> , sól, oleje roślinne, szynka drobiowa, papryka, rzodkiewka, herbata- cukier, cytryna
	OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem Bitki z szynki wieprzowej Ziemniaki Buraczki, Lemoniada	1, 9	Zupa - ryż, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka <b>pszenna</b> , natka pietruszki, sól, pieprz, szynka wieprzowa, ziemniaki, koper, buraki, cebula, jabłko, sól, cukier, pieprz, ocet jabłkowy, cytryna, cukier
	PODWIECZOREK*	Chałka z dżemem, Herbata owocowa	1,3	Chałka- mąka <b>pszenna</b> , woda, cukier, oleje roślinne drożdże, <b>jaja</b> , mąka <b>żytnia</b> , sól Herbata owocowa, cukier
Czwartek 24.09.2020	ŚNIADANIE*	Bułka kajzerka, jajecznicą z pieca, herbata z cytryną	1,3	Bułka <b>kajzerka</b> - mąka <b>pszenna</b> , woda, drożdże, mąka ziemniaczana, mąka <b>żytnia</b> , oleje roślinne, sól, cukier, <b>jajka</b> , szczypior, pomidor, herbata, cytryna, cukier
	OBIAD	Zupa jarzynowa, Łazanki z kapustą, pieczarkami i mięsem Kompot truskawkowy	1,9	Zupa - ziemniak, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki sól, pieprz, ziele ang., liść laurowy, makaron z mąki <b>durum</b> , kapusta kiszona, pieczarki, łopatka, pieprz ziołowy i naturalny, sól, liść laurowy, ziele ang., majeranek, kompot - truskawka, cukier
	PODWIECZOREK*	Krażki ryżowe z dżemem niskosłodzonym, owoc, woda z cytryną	1	Krażki ryżowe, dżem niskosłodzony, banan cytryna
Piątek 25.09.2020	ŚNIADANIE*	Bułka grahamka z miodem Herbata owocowa	1	Bułka <b>grahamka</b> - mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, oleje roślinne, miód, herbata - owocowa, cukier
	OBIAD	Zupa ogórkowa	1,4,9	Zupa- ogórek kiszony,

		Łosoś w sosie brokułowym Makaron tagiatelle Surówka z pomidora Kompot wieloowocowy		ziemniaki, marchew, <b>seler</b> , pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie <b>łosoś</b> , czosnek, cebula, koper, tymianek, sól, pieprz, makaron z mąki <b>durum</b> pomidor, czerwona cebula, oliwa, sól, pieprz, kompot-mieszanka wieloowocowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Kisiel truskawkowy, gruszka		Truskawki, mąka ziemniaczana, cukier, gruszka

**Tabela: Podstawowe alergeny pokarmowe. 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- lubin, 14- mięczaki**

\*dotyczy dzieci w przedszkolu