

JADŁOSPIS 15 - 19.03.2021 r.

DIETA BEZMLECZNA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyfuszaniem alergenów
Poniedziałek 15.03.2021 r.	Śniadanie	Bułka z masłem i dżemem kakao	1	Bułka kukurydziana (mąka pszenna , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, cukier, drożdże, sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony Kakao - mleko owsiane, kakao, cukier
	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką i pomidorami Zrazy w sosie myśliwskim ziemniaki Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem Herbata z cytryną	1,3,9	Zupa - porcja kurczaka, brukselka, ziemniaki, marchew, pomidory pelati, pietruszka, seler , por, cebula, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Zrazy - karczek wieprzowy, pieczarki, papryka, ogórek konserwowy, cebula, czosnek, jaja , mąka pszenna , bułka pszenna (mąka pszenna , drożdże, sól), olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka ziemniaki Surówka - ogórek kiszony, jabłko, cebula, oliwa, cukier Herbata, cytryna, cukier
	Podwieczorek	Budyń śmietankowy Owoc Kompot truskawkowy		Budyń - mleko owsiane, mąka ziemniaczana, cukier Gruszka Kompot- truskawki, cukier
Wtorek 16.03.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem Bułka z masłem, szynka, pomidor Herbata	1,3,6,9,10	Zupa mleczna - mleko owsiane, makaron (mąka pszenna durum , jaja) Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), masło roślinne, szynka sołtysa, pomidor Herbata, cukier
	Obiad	Zupa fasolowa Gnocchi w sosie pieczarkowym z kurczakiem Owoc lemoniada	1,3,9,10	Zupa - żeberka, kielbasa podwawelska, boczek wędzony, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek Gnocchi - gnocchi (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, olej słonecznikowy, jaja , sól), filet kurczaka, pieczarki, suszone pomidory, cebula, czosnek, natka pietruszki, krem truflowy (pieczarki, czarne trufle, pietruszka, aromat truflowy, czosnek, pieprz, starty chleb , woda, olej słonecznikowy, sól), olej rzepakowy, sól, pieprz, chili, gałka muskatołowa Owoc - mandarynka Lemoniada - cytryna, miód
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy owoc		Napój ryżowy, truskawki, banan jabłko
Środa 17.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku z miodem i cynamonem Bułka z masłem, pasta warzywna, sałata, rzodkiewka Herbata owocowa	1	Zupa mleczna- mleko owsiane, płatki ryżowe, miód, cynamon Bułka kukurydziana (mąka pszenna , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, sól, cukier, drożdże, sól), masło roślinne, soczewica, papryka, sałata, rzodkiewka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa ogórkowa Pierogi z pieczarkami Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą Kompot wiśniowy	1,9,10	zupa- porcja kurczaka, ogórek kiszony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, mąka pszenna , cebula, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz pierogi- mąka pszenna , pieczarki, marchew, pietruszka, papryka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz surówka- kapusta pekińska, kukurydza, papryka, szczypior, koper, natka pietruszki, czosnek, oliwa, ocet jabłkowy, musztarda , sól, pieprz, oregano Kompot- wiśnia, cukier
	Podwieczorek	Bułka z masłem, jajko garniowane herbata	1,3,6,9,10	Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło 82, jaja , szynka sołtysa, pomidor, szczypior, sól, pieprz Herbata, cukier

Czwartek 18.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z masłem, polędwica z indyka, papryka Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - mleko owsiane, płatki kukurydziane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), masło roślinne, polędwica z indyka, papryka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa krem z buraka z grzankami Polędwiczki wieprzowe w sosie pieczeniowym Kasza pęczak Ogórek kiszony Kompot wieloowocowy	1,9	Zupa - burak, marchew, pietruszka, seler , cebula, czosnek, natka pietruszki, ocet jabłkowy, sól, pieprz, bułka parówka (mąka pszenna , polepszacz, drożdże, sól), oliwa, czosnek, oregano, bazylia II danie - polędwiczki wieprzowe, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kasza jęczmienna pęczak Ogórek kiszony Kompot - mieszanka kompotowa, cukier
	Podwieczorek	Salatka warzywna, bagietka z masłem Woda z cytryną	1,9,10	Bułka pszenna bagietka (mąka pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, czerwona cebula, szczypior, bazylia, oliwa, miód, musztarda cytryna
Piątek 19.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku z morelami Bułka z masłem, szynka, papryka Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - mleko owsiane, płatki owsiane , morele Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, szynka drobiowa, ogórek, papryka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Paluszki rybne z dorsza Ziemniaki z koperkiem Marchewka duszona z migdałami herbata	1,3,4,9	Zupa - porcja kurczaka, makaron (mąka pszenna , jaja), marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Paluszki rybne - dorsz , jaja , mąka pszenna , bułka tarta pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Marchew mini, migdały, masło roślinne Herbata, cukier
	Podwieczorek	Talerz owoców Wafle ryżowe		Winogron, banan, jabłko ryż

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

* jadłospis może ulec zmianie