

JADŁOSPIS 22 - 26.03.2021 r.

DIETA OGÓLNA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyfuszaniem alergenów
Poniedziałek 22.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z pastą twarogową, papryka, ogórek kiszony Herbata owocowa	1,7	Zupa mleczna - <b>mleko</b> 2%, płatki kukurydziane Bułka kukurydziana ( mąka <b>pszenna</b> , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, cukier, drożdże, sól), <b>masło</b> 82%, <b>twaróg</b> półtłusty, papryka, ogórek kiszony, <b>jogurt</b> naturalny, bazylia, czosnek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z pieczywem Spaghetti bolognese Jabłko Kompot z czarnej porzeczki	1,3,7,9	Zupa - porcja kurczaka, fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, pomidory pelati, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, tymianek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny - mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże Spaghetti - makaron spaghetti (mąka <b>pszenna</b> durum, <b>jaja</b> ), udziec wołowy, topatka wieprzowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, czosnek, pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, <b>ser</b> żółty, sól, pieprz, papryka słodka, zioła prowansalskie Jabłko Kompot - czarna porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Ryż z truskawkami Woda z cytryną	7	Ryż, truskawki, <b>mleko</b> 2%, cukier Cytryna
Wtorek 23.03.2021 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku z miodem i cynamonem Bulka z masłem i szynką, sałata, papryka Herbata	1,6,7,9,10	Zupa mleczna - <b>mleko</b> 2%, kasza jaglana, miód, cynamon Bulka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , woda, drożdże, płatki <b>pszenne</b> , płatki <b>owsiane</b> , otręby <b>żytnie</b> , sól), <b>masło</b> 82%, <b>szynka</b> softysa, sałata, papryka Herbata, cukier
	Obiad	Rosół domowy z makaronem i natką pietruszki Kurczak tandoori Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty białej, marchewki i papryki Kompot wiśniowy	3,7,9	Rosół - porcja kurczaka, makaron nitki (mąka <b>pszenna</b> durum, <b>jaja</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , kapusta, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Kurczak tandoori - udo kurczaka, <b>jogurt</b> naturalny, <b>mleko</b> 2%, czosnek, sól, pieprz, papryka słodka, tymianek, kolendra, curry, chili Ziemniaki, koper Surówka - kapusta, marchew, papryka, cebula, natka pietruszki, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, sól, cukier, pieprz Kompot - wiśnie, cukier
	Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z jabłkami mleko	1,3,7	Ciasto- mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> , <b>masło</b> 82%, <b>mleko</b> 2%, jabłka, cukier, drożdże <b>Mleko</b> 2%
Środa 24.03.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka z masłem, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek Herbata z cytryną	1,3,7,10	Zupa mleczna - <b>mleko</b> 2%, ryż Bulka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , woda, drożdże, płatki <b>pszenne</b> , płatki <b>owsiane</b> , otręby <b>żytnie</b> , sól), <b>masło</b> 82%, <b>jaja</b> , <b>jogurt</b> naturalny, <b>majonez</b> , ogórek, rzodkiewka, sól, pieprz Herbata, cytryna, cukier
	Obiad	Barszcz ukraiński z pieczywem Naleśniki z serem Kompot malinowy	1,3,7,9	Zupa - żeberka, buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, fasola, <b>seler</b> , por, kapusta, cebula, czosnek, śliwka suszona, natka pietruszki, <b>śmietana</b> 18%, mąka <b>pszenna</b> , ocet jabłkowy, majeranek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny - mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże Naleśniki - <b>twaróg</b> półtłusty, mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> , <b>mleko</b> 2%, <b>jogurt</b> naturalny, olej rzepakowy, cukier Kompot - maliny, cukier
	Podwieczorek	Sałatka owocowa Pałeczki kukurydziane	7	Banan, jabłko, winogron, pomarańcze, cytryna, <b>jogurt</b> naturalny Kukurydza

Czwartek 25.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku z morelami Bułka z masłem i serem żółtym, pomidor herbata	1,7	Zupa mleczna- <b>mleko</b> 2%, płatki <b>owsiane</b> , morele Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, cukier, drożdże, sól), <b>masło</b> 82%, <b>ser</b> żółty, pomidor, sałata Herbata, cukier
	Obiad	Krupnik jaglany z pieczywem Kurczak w kremowym sosie śmietanowym Pęczakotto z warzywami Kompot wieloowocowy	1,7,9	Krupnik - porcja rosółowa, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb regionalny- mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże Kurczak- filet kurczaka, cebula, czosnek, natka pietruszki, <b>mleko</b> 2%, <b>śmietana</b> 18%, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, sól, pieprz, bazylija Pęczakotto - kasza <b>jęczmienna</b> pęczak, marchew, brokuł, papryka, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól Kompot - mieszanka kompotowa, cukier
	Podwieczorek	Chałka z dżemem Kawa zbożowa na mleku	1,3,7	Chałka (mąka pszenna, woda, jaja, drożdże, olej rzepakowy), dżem niskosłodzony Kawa - <b>mleko 2%</b> , kawa inka, cukier
Piątek 26.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki jęczmienne z żurawiną na mleku Bułka z masą miodową Herbata owocowa	1,7	Zupa mleczna - <b>mleko</b> 2%, płatki <b>jęczmienne</b> , żurawina Bułka grahamka (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), <b>masło</b> 82%, <b>miód</b> Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pieczarkowa z pieczywem Ziemniaki z koperkiem Ryba panierowana z pieca Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i jabłkiem Kompot wieloowocowy	1,3,4,7,9	Zupa - porcja kurczaka, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, <b>śmietana 18%</b> , mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny - mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże Ryba panierowana - <b>morszczuk</b> , mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> , bułka <b>pszenna</b> tarta, tłuszcz combiflex ( olej słonecznikowy, mleko, stabilizator, emulgator), sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - kapusta kiszona, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, oliwa z oliwek, sól, pieprz, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Zapiekanka z kaszy jaglanej Woda z pomarańczą	7	Zapiekanka - kasza jaglana, <b>jogurt</b> naturalny, jabłka, cukier, cynamon pomarańcze

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 - tubin, 14 - mięczaki

\* jadłospis może ulec zmianie