

JADŁOSPIS 22 - 26.03.2021 r.

DIETA BEZMLECZNA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyfuszczeniem alergenów
Poniedziałek 22.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z pastą warzywną, papryka, ogórek kiszony Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka kukurydziana (mąka pszenna , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, cukier, drożdże, sól), masło roślinne, soczewica, czosnek, papryka, ogórek kiszony, oliwa z oliwek, bazylia, czosnek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z pieczywem Spaghetti bolognese Jabłko Kompot z czarnej porzeczki	1,3,9	Zupa - porcja kurczaka, fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, pomidory pelati, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, tymianek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Chleb regionalny- mąka pszenna , żytnia , kwas, woda, drożdże Spaghetti - makaron spaghetti (mąka pszenna durum, jaja), łożatka wieprzowa, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, czosnek, pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, zioła prowansalskie Jabłko Kompot- czarna porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Ryż z truskawkami Woda z cytryną		Ryż, truskawki, napój owsiany, cukier cytryna
Wtorek 23.03.2021 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku z miodem i cynamonem Bułka z masłem i szynką, sałata, papryka herbata	1,6,9,10	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana, miód, cynamon Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), masło roślinne, szynka 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	3,9	Rosół - porcja kurczaka, makaron nitki (mąka pszenna durum, jaja ,), marchew, pietruszka, seler , kapusta, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Kurczak tandoori - udo kurczaka, 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	Ciasto- mąka pszenna , jaja , masło roślinne, napój owsiany, jabłka, cukier, drożdże Napój ryżowy
Środa 24.03.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka z masłem, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek Herbata z cytryną	1,3,10	Zupa mleczna- napój owsiany, ryż Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), napój owsiany, jaja , majonez , ogórek, rzodkiewka, sól, pieprz Herbata, cytryna, cukier
	Obiad	Barszcz ukraiński z pieczywem Naleśniki z jabłkami kompot malinowy	1,3,9	zupa- żeberka, buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, fasola, seler , por, kapusta, cebula, czosnek, śliwka suszona, natka pietruszki, mąka pszenna , ocet jabłkowy, majeranek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Chleb regionalny- mąka pszenna , żytnia , kwas, woda, drożdże naleśniki- jabłka, mąka pszenna , jaja , napój owsiany, olej rzepakowy, cukier Kompot- maliny, cukier
	Podwieczorek	Sałatka owocowa Pałeczki kukurydziane		Banan, jabłko, winogron, pomarańcze, cytryna Kukurydza

Czwartek 25.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku z morelami Bułka z masłem i polędwicą z indyka, sałata, pomidor Herbata	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki owsiane , morele Bułka kukurydziana (mąka pszenna , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, cukier, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, sałata Herbata, cukier
	Obiad	Krupnik jaglany z pieczywem Kurczak w kremowym sosie śmietanowym Pęczakotto z warzywami Kompot wieloowocowy	1,9	Krupnik - porcja rosółowa, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb regionalny- mąka pszenna , żytnia , kwas, woda, drożdże Kurczak- filet kurczaka, cebula, czosnek, natka pietruszki, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, bazyli Pęczakotto - kasza jęczmienna 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	Chałka (mąka pszenna, woda, jaja, drożdże, olej rzepakowy), dżem niskosłodzony Kawa- napój owsiany, kawa inka, cukier
Piątek 26.03.2021 r.	Śniadanie	Płatki jęczmienne z żurawiną na mleku Bułka z masą miodową Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki jęczmienne , żurawina Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, miód Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pieczarkowa z pieczywem Ziemniaki z koperkiem Ryba panierowana z pieca Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty kiszonej z marchewką i jabłkiem Kompot wieloowocowy	1,3,4,9	Zupa - porcja kurczaka, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny - mąka pszenna , żytnia , kwas, woda, drożdże Ryba panierowana - morszczuk , mąka pszenna , jaja , bulka pszenna tarta, olej rzepakowy, 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		Zapiekanka - kasza jaglana, napój owsiany, jabłko, 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 - łubin, 14 - mięczaki

* jadalność może ulec zmianie