

JADŁOSPIS 5-10.10
DIETA BEZMLECZNA

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 5.10.2020	ŚNIADANIE*	Bułka siedlecka z dżemem owoc Herbata owocowa	1	Bułka siedlecka- mąka pszenna , woda, drożdże, cukier, mąka żytnia , sól, oleje roślinne dżem niskosłodzony Banan herbata owocowa, cukier
	OBIAD	Zupa gulaszowa z pieczywem Naleśniki z musem owocowym Kompot wiśniowy	1,3,9	Zupa- udziec wołowy, fasola czerwona, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , pieczarki, papryka, cebula, czosnek, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól. Naleśniki- mąka pszenna , jaja , banan, brzoskwinia w puszcze Kompot- wiśnie, cukier
	PODWIECZOREK*	Bułka grahamka z wędliną i pomidorem Woda z cytryną	1	Bułka grahamka- pszenna , mąka pszenna graham , mąka żytnia , woda, drożdże, oleje roślinne szynka wp, pomidor cytryna
Wtorek 6.10.2020	ŚNIADANIE*	Bułka kajzerka z polędwicą wędzoną z indyka, sałatą i rzodkiewką Herbata owocowa	1	Bułka kajzerka- mąka pszenna , woda, drożdże, mąka ziemniaczana, mąka żytnia , oleje roślinne, sól, cukier Polędwica wędzona z indyka, sałata, rzodkiewka suszona morela Herbata owocowa, cukier
	OBIAD	Zupa jarzynowa z pieczywem mieszanym Gołąbki rzymskie z ryżem i mięsem w sosie pomidorowym Ziemniaki z koperkiem Ogórek kwaszony Kompot wieloowocowy	1,9	Zupa- ziemniaki, marchew, pietruszka, kalafior, fasolka, seler , cebula, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól Chleb wieloziarnisty- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, mieszanka wieloziarnista , płatki owsiane, drożdże, sól Gołąbki- karczek, kapusta biała, ryż, szynka, koncentrat pomidorowy, , mąka pszenna Ziemniaki, koper Ogórek kwaszony Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Sałatka owocowa Krążki ryżowe Woda z cytryną		Banan, mandarynka, winogron, brzoskwinia, cytryna ryż Cytryna
Środa 7.10.2020	ŚNIADANIE*	Bułka wieloziarnista z wędzoną polędwicą z indyka sałatą i papryką Herbata z cytryną	1	Bułka wieloziarnista- mąka pszenna , woda, mieszanka wieloziarnista , drożdże, mąka ziemniaczana, mąka żytnia polędwica z indyka, sałata, papryka Herbata, miód, cytryna

	OBIAD	Rosół Udka pieczone tandori ryż mieszany Surówka z kapusty pekińskiej Kompot truskawkowy	1,9	Zupa- makaron z mąki durum , marchew, pietruszką, seler , por, cebula, koper, natka pietruszkowa Udka kurczaka, czosnek, curry, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz, chili w płatkach Ryż biały i brązowy Surówka- kapusta pekińska, papryka, rzodkiewka, ogórek, szczypior, oliwa, cytryna, cukier Kompot- truskawka, cukier
	PODWIECZOREK*	Chałka Kisiel malinowy	1	Chałka- mąka pszenna , woda, cukier, margaryna, drożdże, jaja, mąka żytnia , sól Malina, mąka ziemniaczana, cukier
Czwartek 8.10.2020	ŚNIADANIE*	Bułka grahamka z jajkiem, sałatą i pomidorem Herbata owocowa	1	Bułka grahamka- pszenna , mąka pszenna graham , mąka żytnia , woda, drożdże, oleje roślinne jaja, sałata, pomidor Herbata owocowa, cukier
	OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem Polędwiczki pieczone z pieca Kasza jęczmienna Bukiet warzyw z pieca Kompot porzeczkowy	1,9	Zupa pomidorowa- korpus kurczaka, ryż, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, koper, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy polędwiczki wieprzowe Kasza jęczmienna Kalafior, brokuł, marchew Kompot- porzeczka czarna, cukier
	PODWIECZOREK*	Makaron z musem truskawkowym Woda z cytryną	1	Makaron świderki z mąki durum , truskawka, cukier Cytryna
Piątek 9.10.2020	ŚNIADANIE*	Jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor bułka kajzerka z masłem Herbata z cytryną	1,3	Jaja , szczypior, olej rzepakowy, pomidor Bułka kajzerka- mąka pszenna , woda, drożdże, mąka ziemniaczana, mąka żytnia , oleje roślinne, sól, cukier herbata, cytryna, miód
	OBIAD	Zupa z soczewicą i pieczywem Ryba w sosie koperkowym Ziemniaki Surówka z kiszanej kapusty Kompot wielooowocowy	1,4,9	Zupa- soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszką, seler , cebula, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, Chleb regionalny- mąka pszenna , mąka żytnia , woda, drożdże, sól Morszczuk , koper, mąka pszenna Ziemniaki, koper Surówka- kapusta kiszona, marchew, jabłko, oliwa, cukier, sól Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Rogal maślany Herbata owocowa	1,3	Rogal maślany- mąka pszenna , cukier, oleje roślinne, woda, drożdże, jaja , mąka żytnia , sól Herbata owocowa, cukier

Tabela: Podstawowe alergeny pokarmowe.

Produkty powodujące alergię 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