

JADŁOSPIS 5 - 9.07.2021
DIETA BEZMLECZNA / BEZGLUTENOWA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 5.07.2021 r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku Bułka kukurydziana z pastą twarogowo-paprykową, ogórek Herbata owocowa	7	Zupa - napój owsiany, płatki owsiane Bułka kukurydziana (mąka pszenna , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, drożdże, sól), masło roślinne, pasta paprykowa- papryka, sól, pieprz ogórek Herbata owocowa, cukier
				Zupa - napój owsiany, kasza gryczana Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pasta paprykowa- papryka, sól, pieprz, pomidor, Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa z soczewicy zielonej z pieczywem Makaron z musem truskawkami Kompot wieloowocowy	1,9	Zupa - żeberka wieprzowe, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, zielona soczewica, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki Chleb krojony (mąka pszenna , mąka żytnia , kwas, woda, drożdże, sól) Makaron (mąka pszenna durum, jaja), truskawki, cukier Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
			9	Zupa – żeberka wieprzowe, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, zielona soczewica, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Makaron ryżowy (ryż), truskawki Kompot - mieszanka owocowa, cukier
	Podwieczorek	Ciasto marchewkowe Woda z cytryną		Ciasto - mąka kukurydziana, mąka gryczana, marchew, jabłko, napój owsiany, soda, proszek do pieczenia Woda z cytryną
	Wtorek 6.07.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka grahamka z jajkiem na twardo i z warzywami Herbata	7
				Zupa - napój owsiany, ryż Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), jajka, sałata, ogórek, sól, pieprz Herbata, cukier

	Obiad	Zupa kalafiorowa z pieczywem Ziemniaki z koperkiem Kotlet pożarski Surówka z ogórka świeżego Kompot truskawkowy	1,3,9	Zupa - porcja rosółowa, kalafior, ziemniaki, marchew, por, pietruszka, seler, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, mąka pszenna, Chleb krojony (mąka pszenna, mąka żytnia, kwas, woda, drożdże, sól) Ziemniaki Kotlet - kurczak trybowany bez skóry , jajka , cebula, czosnek, bułka wrocławska (mąka pszenna, drożdże, woda, sól) , bułka tarta (mąka pszenna, drożdże, woda, sól), sól, pieprz Surówka - ogórek zielony, cebula, szczypior, sól, pieprz, koper, olej, ocet winny, cukier Kompot - truskawki, cukier
			3,9	Zupa - porcja rosółowa, kalafior, ziemniaki, marchew, por, pietruszka, seler, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Ziemniaki Kotlet - kurczak trybowany bez skóry , jajka , cebula, czosnek, pieprz, Surówka- ogórek zielony, cebula, szczypior, sól, pieprz, koper, olej, ocet winny, cukier Kompot - truskawki, cukier
	Podwieczorek	Koktajl bananowo - truskawkowy Wafle ryżowe		Koktajl - napój owsiany, truskawki, banan, jogurt typu greckiego 3,5% tłuszczu, Wafle ryżowe - ryż
Środa 7.07.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem Bułka grahamka z serem żółtym i warzywami Herbata owocowa	1,3	Zupa - napój owsiany, makaron literki Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne polędwica z indyka wędzona , ogórek, pomidor, papryka Herbata owocowa, cukier
			3	Zupa - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka bezglutenowa(woda, skrobie - kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, polędwica z indyka wędzona, ogórek, pomidor, papryka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pieczarkowa z pieczywem Makaron spaghetti Kompot z czarnej porzeczki Banan	1,9	Zupa - porcja rosółowa, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, śmietana 18%, mąka pszenna , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb krojony (mąka pszenna , mąka żytnia , kwas, woda, drożdże, sól) Makaron spaghetti (mąka pszenna durum, jaja),mięso wieprzowe z łopatki, koncentrat pomidorowy, pomidory pelati, cebula, czosnek, marchewka, pietruszka, seler, sól, pieprz, oregano, bazylia ,zioła prowansalskie Kompot - czarna porzeczka, cukier Banan
			9	Zupa - porcja rosółowa, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

				<p>Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszką), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy)</p> <p>Makaron spaghetti - makaron ryżowy, mięso wieprzowe z łopatki, koncentrat pomidorowy, pomidory pelati, cebula, czosnek, marchewka, pietruszka, seler, sól, pieprz, oregano, bazylią, zioła prowansalskie</p> <p>Kompot - czarna porzeczka, cukier</p> <p>Banan</p>
	Podwieczorek	Kisiel truskawkowy Batonik musli		<p>Kisiel - truskawki, mąka ziemniaczana, cukier</p> <p>Baton - masło roślinne, ryż preparowany, śliwki, morele, rodzyнки, żurawina</p>
Czwartek 8.09.2021 r.	Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku	1,10	<p>Zupa mleczna - mleko owsiane, płatki orkiszowe</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, woda, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka wędzona, papryka, ogórek kiszony</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
		Bułka kukurydziana z polędwicą z indyka z warzywami	10	<p>Zupa mleczna - mleko owsiane, kasza jaglana</p> <p>Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, polędwica z indyka wędzona, papryka, ogórek kiszony</p>
	Obiad	Krupnik jęczmienny z pieczywem Kasza gryczana Gulasz wieprzowy z papryką Sałata z warzywami z olejem Kompot wieloowocowy	1,9	<p>Zupa - żeberka, ziemniaki, marchew, pietruszka, por, seler, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kasza jęczmienna, natka pietruszki</p> <p>Chleb krojony (mąka pszenna, mąka żytnia, kwas, woda, drożdże, sól)</p> <p>Kasza gryczana</p> <p>Gulasz - mięso wieprzowe, łopatka, cebula, marchew, pietruszka, seler, papryka, mąka pszenna, sól, pieprz, olej, czosnek, tymianek, majeranek, papryka słodka</p> <p>Sałata, ogórek, rzodkiewka, sól, pieprz, olej</p> <p>Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier</p>
			9	<p>Zupa - żeberka, ziemniaki, marchew, pietruszka, por, seler, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, ryż, natka pietruszki</p> <p>Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszką), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy)</p> <p>Kasza gryczana</p> <p>Gulasz - mięso wieprzowe, łopatka, cebula, marchew, pietruszka, seler, papryka, mąka pszenna, sól, pieprz, olej, czosnek, tymianek, majeranek, papryka słodka</p> <p>Sałata, ogórek, rzodkiewka, sól, pieprz, olej</p> <p>Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier</p>
	Podwieczorek	Kostka z kaszy manny z malinami Herbata owocowa	1	<p>Mleko owsiane, kasza manna, maliny</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p> <p>Mleko owsiane, ryż, maliny</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>

Piątek 9.07.2021 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Tosty z serem żółtym i warzywami Herbata owocowa	1, 10	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane Chleb tostowy(mąka pszenna , graham, woda, drożdże, sól), masło roślinne połudwica z indyka, papryka, pomidor Herbata owocowa, cukier
				Zupa - napój owsiany, kukurydziane Bułka bezglutenowa(woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, papryka, pomidor Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem Ziemniaki z koperkiem Dorsz w sosie cytrynowym Surówka z kapusty pekińskiej Herbata	1,3,4,9,10	Zupa - porcja rosółowa, koncentrat pomidorowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Ziemniaki, koper Ryba - dorsz , cytryna, estragon, sól, pieprz, mąka pszenna , koper Kapusta pekińska, kukurydza, koper, papryka czerwona, szczypior, musztarda (gorczyca), czosnek, oregano, sól, pieprz, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, natka pietruszki Herbata, cukier
			4,9,10	Zupa - porcja rosółowa, koncentrat pomidorowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Ziemniaki, koper Ryba - dorsz , cytryna, estragon, sól, pieprz, koper, olej Kapusta pekińska, kukurydza, koper, papryka czerwona, szczypior, musztarda (gorczyca), czosnek, oregano, sól, pieprz, oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, natka pietruszki Herbata, cukier
	Podwieczorek	Bułka z masa miodową Napój owsiany	1	Bułka orkiszowa(mąka orkiszowa, żytnia, pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne i owsiane , otręby żytnie , sól)masło roślinne, miód Napój owsiany Bułka bezglutenowa(woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, miód Napój owsiany

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