

JADŁOSPIS 12 - 16.07.2021 r.
DIETA BEZMLECZNA/ BEZGLUTENOWA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 12.07.2021 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z masłem, jajecznicza ze szczypiorem, ogórek pomidor Herbata owocowa	1,7,3	Zupa - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, ziarno słonecznika, woda, drożdże pszenne, sól), masło roślinne , jaja , szczypiorek, pomidor, ogórek Herbata owocowa, cukier
			3	Zupa - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajka, pomidor, ogórek Herbata owocowa
	Obiad	Krupnik jęczmienny Kurczak w sosie słodko-kwaśnym Ryż Kompot truskawkowy Banan	1,9	Krupnik - żeberka, kasza jęczmienna , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy chleb krojony(mąka pszenna ,żytnia, zakwas, woda, drożdże ,sól) II danie - filet z kurczaka, marchew, papryka, ananas, kukurydza konserwowa, pietruszka, seler, cebula, czosnek, imbir, koncentrat pomidorowy, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka Ryż Kompot truskawkowy - truskawki, cukier
			9	Krupnik - żeberka, kasza jaglana , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobię (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) II danie - filet z kurczaka, marchew, papryka, ananas, kukurydza konserwowa, pietruszka, seler, cebula, czosnek, imbir, koncentrat pomidorowy, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka Ryż
Podwieczorek	Rogal maślany mleko owsiane		Rogal maślany (mąka pszenna , jajka , drożdże, olej rzepakowy) Mleko owsiane Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem, mleko owsiane	
Wtorek 13.07.2021 r.	Śniadanie	Kasza manna na mleku Bułka z masłem, szynka soltysa, sałata, ogórek, pomidor Herbata owocowa	7	Zupa - napój owsiany, manna Bułka kukurydziana (mąka, pszenna, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne , szynka soltysa, sałata, ogórek, pomidor Herbata owocowa, cukier

			10	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), masło roślinne, szynka softysa, sałata ogórek, pomidor Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa jarzynowa czysta Kotlet schabowy Ziemniaki z koperkiem Surówka z buraczka z jabłkiem Kompot malinowy	1,9	Zupa - porcja kurczaka, brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy chleb krojony(mąka pszenna ,żytnia, zakwas, woda, drożdże ,sól) II danie - schab, sól, pieprz Ziemniaki, koper Buraczki - burak, cebula, jabłka, sól, cukier , olej, ocet jabłkowy Kompot - maliny, cukier
			9	Zupa - porcja kurczaka, brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy 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) II danie - schab, sól, pieprz Ziemniaki, koper Buraczki - burak, cebula, jabłka, sól, cukier , olej, ocet jabłkowy Kompot - maliny, cukier
	Podwieczorek	Jabłko pieczone z powidłami Koktajl bananowo-truskawkowy		Jabłko, powidła śliwkowe, cynamon Mus bananowo - truskawkowy
Środa 14.07.2021 r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku Bułka z masłem, polędwica z indyka, pomidor, ogórek, rzodkiewka Herbata owocowa	1,3	Zupa - napój owsiany, płatki owsiane Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło 82%, polędwica z indyka, pomidor , ogórek, rzodkiewka Herbata owocowa, cukier
			10	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, pomidor , ogórek, rzodkiewka Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Barszcz z botwinką niezabielany Naleśniki z serem i musem brzoskwiowym Kompot wiśniowy	1,9	Zupa - porcja rosółowa, botwinka, ziemniaki, jaja , marchew, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, mąka pszenna , koper, ocet jabłkowy Chleb krojony (mąka pszenna ,żytnia,zakwas, woda, drożdże ,sól) Naleśniki - mąka pszenna, jaja, mleko owsiane, jabłka , brzoskwinia, cukier Kompot-wiśnie, cukier

			9	Zupa - porcja rosółowa, botwinka, ziemniaki, jaja , marchew, pietruszka, seler, por, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, mąka pszenna , koper, ocet jabłkowy 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) Naleśniki - mąka gryczana, ziemniaczana, jabłka, brzoskwinie Kompot wiśniowy
	Podwieczorek	Talerz owoców Wafle ryżowe		Winogrona, banan, jabłko, Ryż
Czwartek 15.07.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem Bułka z masłem, polędwica wędzona z kurczaka, sałata ogórek, pomidor Herbata owocowa	1,10	Zupa mleczna - napój owsiany, makaron (mąka pszenna durum, jaja) Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, razowa, pszenna, woda, drożdże, płatki pszenne, owsiane, żytnie, sól), masło roślinne ,polędwica wędzona z piersi kurczaka ,ogórek, sałata, pieprz Herbata owocowa, cukier
				Bułka bezglutenowa(woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, polędwica wędzona z indyka, sałata, pomidor, ogórek, Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa zacierka Gulasz wieprzowy Kasza jęczmienna/gryczana Sałatka z ogórka Herbata z cytryną	1,3,9	Zupa - porcja kurczaka, boczek wędzony, ziemniaki, marchew, pietruszka, makaron (mąka pszenna durum, jaja), seler, por, cebula, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Chleb krojony (mąka pszenna ,żytnia,zakwas, woda, drożdże ,sól) Gulasz wieprzowy - łopatka wieprzowa, papryka, marchew, pietruszka. cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna, sól, pieprz, majeranek, tymianek, papryka słodka, Kasza jęczmienna Surówka - ogórek ,cebula, sól, pieprz , koper, ocet jabłkowy, olej Herbata, cytryna, cukier
			9	zupa- porcja kurczaka, boczek wędzony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz chleb krojony(mąka pszenna ,żytnia, zakwas, woda, drożdże ,sól) Gulasz wieprzowy- łopatka wieprzowa, papryka, marchew, pietruszka. cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, majeranek, tymianek, papryka słodka, Kasza gryczana Surówka- ogórek ,cebula, sól, pieprz, koper, ocet jabłkowy, olej Herbata, cytryna, cukier
Podwieczorek	Makaron z truskawkami Woda z cytryną	1,3	Makaron świderki (mąka pszenna durum, jaja), truskawki, cukier Cytryna Makaron ryżowy, truskawki, cukier, cytryna	
	Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku Bułka grahamka z masłem, wędlina, rzodkiewka, ogórek świeży	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki orkiszowe Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham , drożdże, sól) masło roślinne , wędlina, rzodkiewka, ogórek Herbata, cukier

Piątek 16.07.2021 r.		Herbata z cytryną	10	Zupa - napój owsiany, płatki jaglane Bułka bezglutenowa(woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, wędlina, ogórek, rzodkiewka Herbata czarna, cukier
	Obiad	Zupa grochowa Morszczuk z pieca ziemniaki, surówka z marchwi i jabłka z chrzanem Kompot wieloowocowy banan	1,3,4,9	Zupa - żeberka, groch, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, boczek, kiełbasa, mąka pszenna, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy chleb krojony(mąka pszenna ,żytnia, zakwas, woda, drożdże ,sól) Ziemniaki Kotlety rybne - morszczuk, jajka, bułka wrocławska, bułka tarta , cebula, czosnek, sól, pieprz Surówka - marchew, jabłka ,chrzan, sól, pieprz, Kompot - mieszanka owocowa, cukier banan
			4,9	Zupa - żeberka, groch, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, boczek, kiełbasa, mąka pszenna, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy kotlety rybne - morszczuk cebula, czosnek, sól, pieprz, Surówka - marchew, jabłka ,chrzan, sól, pieprz, 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) Ryba - morszczuk , olej rzepakowy, sól, pieprz, tymianek Ziemniaki, koper Kompot - mieszanka owocowa, cukier, banan
	Podwieczorek	Bułka z dżemem Herbata	1,3	Bułka śniadaniowa (mąka pszenna , woda, drożdże, sól), masło roślinne , dżem (wiśnie, cukier, woda, substancja żelująca – pektyna, regulator kwasowości – kwas cytrynowy), herbata, cukier Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem, herbata

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