

JADŁOSPIS 19-23.10

DIETA OGÓLNA

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 19.10.2020	ŚNIADANIE*	Płatki kukurydziane na mleku Bułka siedlecka dżemem Mix suszonych owoców Herbata owocowa	1,7	Zupa- <b>mleko</b> , płatki kukurydziane Bułka siedlecka- <b>mąka pszenna</b> , woda, drożdże, cukier, mąka <b>żytnia</b> , sól, oleje roślinne <b>Masło</b> 82%, dżem niskosłodzony Rodzynka, morela, żurawina Herbata owocowa, cukier
	OBIAD	Zupa zacierka z makaronem Kurczak w sosie słodko kwaśnym z ryżem Kompot wieloowocowy owoc	1,9	Zupa- makaron z mąki <b>durum</b> , ziemniak, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy filet z kurczaka, marchew, papryka, ananas, cebula, czosnek, natka pietruszki, imbir, koncentrat pomidorowy, papryka słodka, sól, pieprz, mąka <b>pszenna</b> ryż Kompot- mieszanka kompotowa, cukier mandarynka
	PODWIECZOREK*	Bułka grahamka z masłem i wędliną, sałata, ogórek Woda z cytryną	1,7	Bułka grahamka- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>pszenna graham</b> 42,6%, mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, cukier, sól, oleje roślinne <b>Masło</b> 82%, szynka soltysa, sałata, ogórek cytryna
Wtorek 20.10.2020	ŚNIADANIE*	Bułka mieszana z masłem, serem żółtym, polędwicą drobiową sałata, papryką i rzodkiewką Herbata z cytryną	1,7	Bułka grahamka- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>pszenna graham</b> , mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, cukier, sól, oleje roślinne Bułka kajzerka- mąka <b>pszenna</b> , woda, drożdże, mąka ziemniaczana, mąka <b>żytnia</b> , oleje roślinne, sól, cukier, olej rzepakowy <b>Masło</b> 82%, <b>ser</b> żółty, polędwica z indyka, sałata, papryka, rzodkiewka Herbata czarna, cytryna, cukier
	OBIAD	Zupa pieczarkowa z pieczywem Kotlet schabowy Ziemniaki z koperkiem Buraczki zasmażane Herbata miętowa	1,3,7,9	Zupa- pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, <b>śmietana</b> 18%, mąka <b>pszenna</b> chleb regionalny- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, sól Kotlet-schab, <b>jaja</b> , mąka <b>pszenna</b> , <b>bułka tarta</b> , czosnek, sól, pieprz, papryka słodka, bazylia, olej Ziemniaki, koper Buraczki- burak, cebula, <b>masło</b> 82%, olej, ocet jabłkowy, sól Herbata miętowa, cukier
	PODWIECZOREK*	Budyń waniliowy gruszka	7	<b>Mleko</b> 2%, mąka ziemniaczana, cukier, laska wanilii gruszka
Środa 21.10.2020	ŚNIADANIE*	Płatki owsiane na mleku Bułka grahamka z pastą paprykowo- serową, ogórek kiszony Herbata	1,7	<b>Mleko</b> 2%, płatki owsiane Bułka grahamka- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>pszenna graham</b> 42,6%, mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, cukier, sól, oleje roślinne <b>Masło</b> 82%, <b>twaróg</b> , papryka, <b>jogurt</b> naturalny, sól, pieprz, ogórek kiszony Herbata, cukier

	OBIAD	Zupa krem z cukinii z pestkami dyni i pieczywem mieszanym Kotlet pożarski z pieca Kasza jęczmienna z warzywami lemoniada	1,3,7,11	Zupa- korpus kurczaka, cukinia, ziemniak, cebula, czosnek, natka pietruszki, <b>masło</b> 82%, olej, sól, pieprz, gałka muszkatałowa, pestki dyni chleb wieloziarnisty- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> woda, mieszanka wieloziarnista [ziarna słonecznika, siemię lniane, płatki owsiane, <b>sezam</b> ], drożdże, sól chleb regionalny- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, sól Kotlet pożarski- mięso z kurczaka, <b>jaja</b> , bułka wyborowa (mąka <b>pszenna</b> , woda, cukier, mąka <b>żytnia</b> , drożdże, sól, oleje roślinne), czosnek, sól, pieprz Kasza <b>jęczmienna</b> , marchew, brokuł, groszek zielony, <b>masło</b> 82% Lemoniada- cytryna, miód
	PODWIECZOREK*	Sałátka owocowa Pączki kukurydziane		Sałátka- banan, brzoskwinia z puszki, kiwi, pomarańcze
Czwartek 22.10.2020	ŚNIADANIE*	Bułka siedlecka z masłem pietruszkowym, szynką wp i pomidorem Herbata z cytryną	1,7	Bułka siedlecka- mąka <b>pszenna</b> , woda, drożdże, cukier, mąka <b>żytnia</b> , sól, oleje roślinne <b>Masło</b> 82%, natka pietruszki, szynka sołtysa, pomidor Herbata czarna, cytryna, miód
	OBIAD	Zupa kalafiorowa z pieczywem Gulasz z indyka ziemniaki Surówka z kiszzonego ogórka Kompot porzeczkowy	1,7,9	Zupa- pieczarki, ziemniak, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, <b>śmietana</b> 18%, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy chleb regionalny- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, sól. Gulasz- udo z indyka, cebula, czosnek, <b>śmietana</b> 18%, mąka <b>pszenna</b> , papryka słodka, oregano, liść laurowy, ziele angielskie Surówka- ogórek kiszony, marchewka, papryka, cebula, oliwa, sól, cukier Kompot- porzeczka, cukier
	PODWIECZOREK*	Ryż z truskawkami w sosie śmietanowo- jogurtowym Woda z cytryną	7	ryż, truskawki, <b>jogurt</b> , cukier, laska wanilii cytryna
Piątek 23.10.2020	ŚNIADANIE*	kasza jaglana na mleku Bułka kajzerka wieloziarnista z masą miodową Herbata miętowa	1,7	<b>Mleko 2%</b> , kasza jaglana Bułka kajzerka wieloziarnista- mąka <b>pszenna</b> , woda, mieszanka wieloziarnista 18,7% -ziarno słonecznika, siemię lniane, mąka <b>żytnia</b> , otręby <b>pszenne</b> , cukier, sól, drożdże, mąka ziemniaczana Masa miodowa- <b>masło</b> 82%, miód, rodzynki, morele, śliwki suszone, cynamon Herbata miętowa, cukier
	OBIAD	Zupa Krem z białych warzyw z grzankami Łosoś w sosie brokułowym Makaron tagliatelle Surówka z pomidora Kompot śliwkowy owoc	1,3,4,7,9	Zupa- ziemniaki, <b>seler</b> , pietruszka, kalafior, <b>masło</b> , cebula, czosnek, sól, pieprz Chleb regionalny- mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , woda, drożdże, sól, olej, czosnek, natka pietruszki <b>łosoś</b> , czosnek, cebula, koper, tymianek, sól, pieprz, <b>śmietana 18%</b> , <b>mleko</b> Makaron z mąki <b>durum</b> pomidor, czerwona cebula, oliwa, sól, pieprz Kompot- śliwka, cukier
	PODWIECZOREK*	Jogurt owocowy Baton zbożowy	1,7	<b>Jogurt</b> naturalny, banan, truskawka, otręby <b>pszenne</b> Baton- płatki <b>owsiane</b> , mąka kukurydziana, mąka ryżowa, <b>mleko</b> w proszku, żurawina suszona, skórka pomarańczowa, miód, olej palmowy, tłuszcz kakaowy

Tabela: Podstawowe alergeny pokarmowe. 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

\*dotyczy dzieci w przedszkolu

**JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANOM**