

JADŁOSPIS 2-6.08.2021
DIETA BEZMLECZNA/BEZGLUTENOWA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 2.08.2021r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Bułka z masłem, szynka wieprzowa, pomidor Herbata	1,6,9,10 10	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, żytnia, pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, pomidor Herbata, cukier 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, szynka, pomidor Herbata, cukier
	Obiad	Zupa brokułowa Makaron pennette w sosie carbonara Kompot z czarnej porzeczki	1,6,9,10 9,10	Zupa - porcja kurczaka, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno-żytni (mąka pszena, żytnia, zakwas, drożdże, woda, sól) Carbonara- makaron pennette (mąka pszenna semolina), szynka wieprzowa, boczek wędzony, cebula, czosnek, mąka pszenna , sól, tymianek Kompot- czarna porzeczka, cukier Zupa - porcja kurczaka, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Carbonara- makaron ryżowy, sos- szynka wieprzowa, boczek wędzony, cebula, czosnek, mąka ziemniaczana, sól, tymianek
	Podwieczorek	Pudding ryżowy z owocami Kompot wieloowocowy		Pudding- napój ryżowy, ryż, gruszki, truskawki, laska wanilii Kompot- mieszanka owocowa, cukier
Wtorek 3.08.2021r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku Bułka z masłem, szynka wieprzowa, papryka, ogórek Herbata owocowa	1,6,9,10 10	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki owsiane , rodzynki Bułka żytnia (mąka żytnia , woda, drożdże, słonecznik, siemię lniane, płatki owsiane), masło roślinne, szynka wieprzowa, papryka, ogórek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier Zupa mleczna- 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, polędwica drobiowa, papryka, ogórek Herbata owocowa, cukier

	Obiad	Zupa neapolitańska Pulpety w sosie pomidorowym Kasza jęczmienna Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą Kompot wiśniowy	1,3,9,10 9	zupa- porcja rosółowa, makaron gnochetti (mąka pszenna semolina, jaja), marchew, pietruszka, seler , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy pulpety- karkówka wp, jaja , bułka pszenna (mąka pszenna , drożdże, woda, sól), koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, cukier, pieprz, oregano, papryka słodka kasza jęczmienna surówka- kapusta pekińska, papryka, ogórek, kukurydza, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier, pieprz Kompot- wiśnia, cukier zupa- porcja rosółowa, makaron ryżowy, marchew, pietruszka, seler , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy pulpety- karkówka wp, koncentrat pomidorowy, mąka ziemniaczana, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, cukier, pieprz, oregano, papryka słodka kasza gryczana surówka- kapusta pekińska, papryka, ogórek, kukurydza, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier, pieprz Kompot- wiśnia, cukier
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy Wafle ryżowe		Koktajl- napój owsiany, truskawki, cukier ryż
Środa 4.08.2021r.	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku z owocami Bułka z masłem, jajko, papryka Kompot wieloowocowy	1,3 3	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jaglane, śliwki suszone Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, jajko, papryka Kompot- mieszanka owocowa, cukier Zupa mleczna- 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, jajko, papryka Kompot- mieszanka owocowa, cukier
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami Kopytka w sosie pieczarkowym Surówka z ogórka Kompot truskawkowy Brzoskwinia	1,3,9	krupnik- żeberka, kasza jęczmienna , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Chleb pszenno-żytni (mąka pszenna, żytnia, zakwas, drożdże, woda, sól) Kopytka (ziemniaki, mąka pszenna, jajka, sól) pieczarki, cebula, mąka pszenna , sól, pieprz, tymianek, natka pietruszki, czosnek

			9	<p>Sałatka- ogórki, szczypior, ocet jabłkowy, oliwa, sól, pieprz</p> <p>Kompot- truskawka, cukier</p> <p>Brzoskwinia</p> <p>krupnik- żeberka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p>Kopytka- ziemniaki, mąka ziemniaczana, sos- pieczarki, cebula, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, tymianek, natka pietruszki, czosnek</p> <p>Sałatka- ogórki, szczypior, ocet jabłkowy, oliwa, sól, pieprz</p> <p>Kompot- truskawka, cukier</p> <p>Brzoskwinia</p>
	Podwieczorek	Ryz zapiekany z jabłkiem lemoniada		<p>Zapiekanka- ryż, napój ryżowy, jabłka, cukier, cynamon</p> <p>Lemoniada- cytryny, miód</p>
Czwartek 5.08.2021r.	Śniadanie	Kluski lane na mleku Bułka z masłem, szynka wieprzowa, ogórek, rzodkiewka Herbata owocowa	1,10 10	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, mąka pszenna, jaja</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, sól jodowana cukier, drożdże, sól), masło roślinne, szynka wieprzowa, szczypior, ogórek, rzodkiewka</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane</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,</p> <p>szynka wieprzowa, pomidor, szczypior, ogórek</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
	Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami Filet drobiowy panierowany Ziemniaki z koperkiem Marchewka duszona z groszkiem Kompot śliwkowy	1,3,9	<p>Zupa- żeberka, szczaw, jaja, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, mąka pszenna, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p> <p>Chleb pszenno-żytni (mąka pszenno-żytnia, zakwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Kotlet- filet drobiowy, bułka tarta, jaja, mąka pszenno-żytnia, czosnek, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Marchew, groszek, mąka pszenna, masło roślinne, sól, cukier</p> <p>Kompot- śliwka, cukier</p> <p>Zupa- żeberka, szczaw, jaja, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, mąka pszenna, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz</p>

			9	<p>Kotlet- filet drobiowy z pieca, sól, pieprz</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Marchew, groszek, masło roślinne, sól, cukier</p> <p>Kompot- śliwka, cukier</p>
	Podwieczorek	Budyń śmietankowy Pałeczki kukurydziane		Budyń- mleko owsiane, mąka ziemniaczana , cukier kukurydza
Piątek 6.08.2021r.	Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem Bułka z masłem, jajecznicą, pomidor Herbata owocowa	1,3 3	<p>Zupa mleczna- napój owsiany, makaron (mąka pszenna, jaja) Bułka kukurydziana (mąka pszenna, ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, sól jodowana cukier, drożdże, sól), masło roślinne, jaja, pomidor Herbata owocowa, cukier</p> <p>Zupa mleczna- napój owsiany, makaron ryżowy Bułka bezglutenowa (woda, skrobienie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jajka, pomidor</p>
	Obiad	Zupa zacierka Kotleciki rybne Ziemniaki z koperkiem Sałatka z pomidora z cebulką Kompot malinowy owoc	1,4,9 4,9	<p>Zupa- porcja kurczaka, makaron(mąka pszenna durum), marchew, seler, pietruszka, por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Chleb pszenno-żytni (mąka pszenna, żytnia, zakwas, drożdże, woda, sól) Ryba –morszczuk, sól, pieprz, bułka tarta, jajka, bułka wrocławska ,cebula, czosnek, koper ogrodowy Ziemniaki, koper Sałatka- pomidory, cebulka, szczypior, sól ,pieprz, olej Kompot- malina, cukier Jabłko</p> <p>Zupa- porcja kurczaka, makaron ryżowy, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy Ryba – morszczuk, sól, pieprz Ziemniaki, koper Sałatka- pomidory, cebulka, szczypior, sól ,pieprz, olej Kompot- malina, cukier Jabłko</p>
	Podwieczorek	Bułka z masłem i dżemem kakao	1	Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa , żytnia , pszenna , woda, drożdże, płatki pszenne , płatki owsiane , otręby żytnie , sól), masło roślinne, dżem niskosłodzony

				<p>Kakao- napój ryżowy, kakao</p> <p>Kakao- napój ryżowy</p> <p>Bułka bezglutenowa (woda, skrobię- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, mus brzoskwinowy</p>
--	--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANOM