

JADŁOSPIS 23 - 27.08.2021r.

DIETA BEZMLECZNA/ BEZGLUTENOWA

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytuszczeniem alergenów
Poniedziałek 23.08.2021 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku Bułka z masłem, pierś z kurczaka wędzona, sałata, ogórek, Herbata	1	Zupa mleczna - napój owsiany, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, żytnia, pszenna, woda, drożdże, płatki pszenne, płatki owsiane, otręby żytnie, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka wędzona, sałata, ogórek Zupa - napój owsiany, kasza jaglana Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś kurczaka wędzona, sałata, ogórek
	Obiad	Zupa ziemniaczana z groszkiem i pieczywem Makaron świderki ze skwarkami owoc Kompot truskawkowy	1,3,9 9	Zupa - porcja kurczaka, groszek zielony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koper, mąka pszenna, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Makaron świderki (mąka pszenna durum, jaja), boczek wędzony, słonina, sól, pieprz Mandarynka Kompot - truskawka, cukier Zupa - porcja kurczaka, groszek zielony, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Makaron bezglutenowy, boczek wędzony, słonina, sól, pieprz śliwki Kompot - truskawka, cukier
	Podwieczorek	Ciasto marchewkowe Woda z cytryną		Ciasto - marchew, jabłka, mąka kukurydziana, mąka gryczana, napój owsiany, proszek do pieczenia, soda, cynamon, cytryna
Wtorek 24.08.2021 r.	Śniadanie	Płatki owsiane/ ryż na mleku Bulka z masłem, polędwica z indyka, rzodkiewka, ogórek, pomidor Herbata owocowa	1	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki owsiane Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna, mąka graham, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, pomidor, ogórek, rzodkiewka Herbata owocowa, cukier 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, polędwica z indyka, pomidor, ogórek, rzodkiewka
	Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem i pieczywem Sznycel z indyka w sosie paprykowym, Kasza pęczak Surówka z ogórka świeżego Kompot z czarnej porzeczki	1,3,9	Zupa - żeberka, szczaw konserwowy, jaja, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno - żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Sznycel - filet indyka, papryka, marchew, pietruszka, natka pietruszki, czosnek, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, tymianek Kasza pęczak Surówka - ogórek, cebula, szczypior, koper, olej rzepakowy, sól, pieprz, cukier Kompot - porzeczka czarna, cukier Zupa - żeberka, szczaw konserwowy, jaja, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

			3,9	Sznycel - filet indyka, papryka, marchew, pietruszka, natka pietruszki, czosnek, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka słodka, tymianek Kasza gryczana Surówka - ogórek, cebula, szczypior ,koper, olej rzepakowy, sól, pieprz, cukier Kompot - porzeczka czarna, cukier
	Podwieczorek	Budyń waniliowy z brzoskwiniami Woda z cytryną		Budyń - napój owsiany, mąka ziemniaczana, laska wanilii, cukier, brzoskwinie cytryna
Środa 25.08.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem Bułka z masłem, jajecznicą, pomidor, ogórek Herbata z cytryną	1,3	Zupa mleczna - napój owsiany, makaron (mąka pszenna durum, jaja) Bułka kukurydziana (mąka pszenna , mąka kukurydziana, ziarno słonecznika, sól, drożdże), masło roślinne, jaja , pomidor, ogórek Herbata czarna, cytryna, cukier Zupa - napój owsiany, makaron bezglutenowy
			3	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, ogórek Herbata czarna, cytryna, cukier
	Obiad	Krem z dyni Kotlet schabowy Ziemniaki Marchewka z groszkiem Kompot z czerwonej porzeczki		Zupa - dynia, ziemniaki, marchew, cebula, czosnek, pomarańcze, pieprz, sól, rozmaryn , curry, chili, pestki dyni Kotlet schabowy - schab z grilla, sól , pieprz, olej marchew, groszek, sól, pieprz ziemniaki Kompot - czerwona porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Makaron z truskawkami Woda z cytryną	1,3	Makaron (mąka pszenna durum, jaja), truskawki, miód Cytryna Makaron bezglutenowy, truskawki, miód, Cytryna
Czwartek 26.08.2021 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku Bulka z masłem, szynką wieprzową, papryką, pomidorem, ogórkiem Herbata z cytryną	1, 10	Zupa mleczna - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, szynka softysa, pomidor, ogórek, papryka Herbata czarna, cytryna, miód Zupa - napój owsiany, płatki kukurydziane
			10	Bułka bezglutenowa (woda, skrobienie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, szynka softysa, pomidor, ogórek, papryka
	Obiad	Zupa jarzynowa czysta Kopytka z surówką z marchwi z jabłkiem Kompot truskawkowy	3,9 9	Zupa - porcja rosółowa, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, koper ogrodowy Kopytka - ziemniaki, jajka, mąka ziemniaczana, sól, Surówka - marchew z jabłkiem Kompot - truskawki, cukier Zupa - porcja rosółowa, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, koper ogrodowy

				Kopytka - ziemniaki, jajka, mąka ziemniaczana, sól, Surówka - marchew z jabłkiem Kompot - truskawki, cukier
	Podwieczorek	Pudding ryżowy z owocami Lemoniada pomarańczowa		Ryż, napój ryżowy, laska wanilii, truskawki, gruszka pomarańcze
Piątek 27.08.2021 r.	Śniadanie	Kasza jaglana/ gryczana na mleku Bułka z masłem, szynka wieprzowa, sałata, pomidor, ogórek Herbata	1,3, 10	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, żytnia, pszenna, woda, drożdże, płatki pszenne, płatki owsiane, otręby żytnie, sól), masło roślinne, szynka sołtysa, ogórek, pomidor, sałata Herbata czarna, cukier Zupa - napój owsiany, kasza gryczana
			10	Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, szynka sołtysa, pomidor, ogórek, sałata
	Obiad	Zupa krupnik ryżowy pieczywo Morszczuk z warzywami Ziemniaki Surówka z kapusty pekińskiej Kompot malinowy Owoc	1,4,9	Zupa - porcja kurczaka, ryż, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno - żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól) Morszczuk z pieca z warzywami- marchew, cebula, papryka, sól, pieprz Surówka - kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, koper, olej, sól, pieprz, ocet jabłkowy, oregano, cytryna, czosnek Kompot - maliny, cukier Jabłko
4,9			Zupa - porcja kurczaka, ryż, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Morszczuk z pieca z warzywami- marchew, cebula, papryka, sól, pieprz Surówka - kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, koper, olej, sól, pieprz, ocet jabłkowy, oregano, cytryna, czosnek Kompot - maliny, cukier Jabłko	
	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 Kakao- napój owsiany, cukier, kakao Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, mus owocowy- truskawkowy 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