

**JADŁOSPIS 30.08-03.09.2021r.**  
Dieta **bezmleczna/bezglutenowa**

| DATA                          | Rodzaj posiłku | MENU  | Informacja dla alergików | Skład z wyłączeniem alergenów   |
|-------------------------------|----------------|---|--------------------------|---|
| Poniedziałek<br>30.08.2021 r. | Śniadanie      | Płatki kukurydziane na mleku<br>Tosty z wędliną i warzywami<br>Herbata  | 1                        | Zupa mleczna - <b>napój owsiany, płatki kukurydziane</b><br>Chleb tostowy (mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), szynka sołtysa, masło roślinne, pomidor, ogórek<br>Herbata czarna, cukier<br>Zupa mleczna - <b>napój owsiany, płatki kukurydziane</b><br>Bułka bezglutenowa(woda, skrobia kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, sub.zag., drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej) masło roślinne (mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), szynka sołtysa, pomidor, ogórek<br>Herbata czarna, cukier   |
|                               | Obiad          | Zupa brokułowa, pieczywo<br>Makaron penette w sosie carbonara<br>arbuz<br>Kompot z czarnej porzeczki                | 1,3,9                    | Zupa - porcja kurczaka, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy<br>Chleb krojony (mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże, sól)<br>Makaron (mąka <b>pszenna</b> durum, <b>jaja</b> ), boczek wędzony, szynka sołtysa, olej rzepakowy ,cebula ,czosnek, <b>mąka pszenna</b> ,natka pietruszki, tymianek, , sól, pieprz<br>Kompot - czarna porzeczka, cukier<br>Zupa - porcja kurczaka, brokuł, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy<br>Makaron bezglutenowy, boczek wędzony, szynka sołtysa, olej rzepakowy, cebula ,czosnek, ,natka pietruszki, tymianek, sól, pieprz, mąka ziemniaczana<br>Kompot-czarna porzeczka, cukier |
|                               | Podwieczorek   | Ciasto murzynek<br>herbata  | 9                        | Ciasto- buraki, mąka <b>ryżowa</b> , mąka <b>gryczana</b> , olej rzepakowy, napój ryżowy, soda<br>Herbata czarna, cukier  |
| Wtorek<br>31.08.2021 r.       | Śniadanie      | Płatki owsiane na mleku<br>Bułka z masłem z wędliną, warzywa<br>Herbata owocowa                                     | 1,10                     | Zupa mleczna- <b>napój owsiany, płatki owsiane</b><br>Bułka żytnia (mąka <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, szynka sołtysa, ogórek, papryka, sól, pieprz,<br>Herbata owocowa, cukier<br>Zupa mleczna- <b>napój owsiany, ryż</b><br>Bułka bezglutenowa(woda, skrobia kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, sub.zag., drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej) masło roślinne, szynka sołtysa, ogórek, papryka,<br>Herbata owocowa, cukier   |
|                               | Obiad          | Zupa z czerwonej soczewicy<br>Pieczywo<br>Filet z kurczaka panierowany, ryż,<br>surówka colesław<br>Kompot wiśniowy | 1,9                      | zupa- żeberka mostki, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy<br>filet z kurczaka, <b>jajka</b> , mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta, sól pieprz<br>ryż<br>surówka-kapusta biała, marchew, cebula, olej, chrzan, sól, pieprz, ocet jabłkowy, koper ogrodowy  |

|                                 |                     |   |                  |   |
|---------------------------------|---------------------|---|------------------|---|
|                                 |                     |   | 9,10             | Kompot-wiśnie, cukier<br>zupa- żeberka mostki, soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy<br>filet z kurczaka z grilla, sól ,pieprz<br>ryż<br>surówka-kapusta biała, marchew, cebula, olej, chrzan, sól, pieprz, ocet jabłkowy, koper ogrodowy<br>Kompot-wiśnie, cukier  |
|                                 | <b>Podwieczorek</b> | Mus bananowo- truskawkowy<br>Wafle ryżowe   |                  | Banan, truskawki<br>ryż   |
| <b>Środa</b><br>1.09.2021 r.    | <b>Śniadanie</b>    | Kasza jaglana na mleku<br>Bułka z masłem z pastą paprykową<br>Kompot wieloowocowy       | 1                | Zupa mleczna- <b>napój owsiany</b> , kasza jaglana<br>Bułka orkiszowa ((mąka <b>orkiszowa</b> , <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , woda, drożdże, płatki <b>pszenne</b> , płatki <b>owsiane</b> , otręby <b>żytnie</b> , sól), masło roślinne, <b>pasta paprykowa</b> , pomidor, sałata, ogórek<br>Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier<br>Zupa mleczna- <b>napój owsiany</b> , kasza jaglana<br>Bułka bezglutenowa(woda, skrobia kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, sub.zag., drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej)<br>Pasta paprykowa, masło roślinne, pomidor, sałata, ogórek<br>Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier  |
|                                 | <b>Obiad</b>        | Rosół z makaronem<br>Ziemniaki<br>Kurczak tandori<br>Surówka z ogórka z olejem<br>banan | 1,3,7,9<br><br>9 | Zupa- porcja rosółowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, makaron nitki(mąka <b>pszenna durum</b> , <b>jaja</b> ), kurczak tandori- udo kurczaka, czosnek, sól, pieprz, papryka, tymianek, curry, chili<br>Ziemniaki, koper<br>Surówka- ogórek, cebula, szczypiior, koper, olej, sól, pieprz<br>Kompot- maliny, cukier<br>Zupa- porcja rosółowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, makaron bezglutenowy<br>kurczak tandori- udo kurczaka, czosnek, sól, pieprz, papryka, tymianek, curry, chili<br>Ziemniaki, koper<br>Surówka- ogórek, cebula, szczypiior, koper, olej, sól, pieprz<br>Kompot- maliny, cukier |
|                                 | <b>Podwieczorek</b> | Ryż zapiekany z jabłkiem<br>Woda z cytryną  |                  | Ryż, jabłka, napój owsiany ,cukier<br>cytryna   |
| <b>Czwartek</b><br>2.09.2021 r. | <b>Śniadanie</b>    | Kluski lane na mleku<br>Tosty z wędliną z warzywami<br>Herbata owocowa                  | 1                | Zupa mleczna- <b>napój owsiany</b> , <b>jajka</b> , <b>mąka pszenna</b> , sól<br>Chleb tostowy (mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>graham</b> , drożdże, sól), masło roślinne, filet z indyka wędzony, pomidor, papryka<br>Herbata owocowa, cukier<br><br><b>Zupa mleczna- napój owsiany, płatki kukurydziane</b>  |

|                                |                     |   |                      |  |
|--------------------------------|---------------------|---|----------------------|--|
|                                |                     |   |                      | Bułka bezglutenowa(woda, skrobia kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, sub.zag., drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej filet z indyka wędzony, masło roślinne, pomidor, papryka<br>Herbata owocowa, cukier   |
|                                | <b>Obiad</b>        | Krupnik ryżowy<br>pieczywo<br>Zrazy mielone w sosie myśliwskim<br>Kasza bulgur<br>Surówka z buraczka na zimno<br>Herbata  | 1,9,10               | Zupa- porcja rosółowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie , ryż<br>Chleb krojony (mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże, sól)<br>Zrazy- mięso wp.karkówka, cebula, czosnek, pieczarka, papryka czerwona, ogórki konserwowe, sól, pieprz, papryka słodka, <b>bułka wrocławska</b> , mąka <b>pszenna</b> , pasta kulinarna<br>Kasza bulgur<br>Surówka z buraczka- burak, cebula, jabłko, olej, sól, pieprz, czosnek, ocet jabłkowy, koper<br>Herbata<br>Zupa- porcja rosółowa, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie , ryż<br>Chleb krojony (mąka <b>pszenna</b> , mąka <b>żytnia</b> , kwas, woda, drożdże, sól)<br>Zrazy- mięso wp.karkówka, cebula, czosnek, pieczarka, papryka czerwona, ogórki konserwowe, sól, pieprz, papryka słodka, <b>pasta kulinarna</b> , mąka <b>ziemniaczana</b><br>Kasza bulgur<br>Surówka z buraczka- burak, cebula, jabłko, olej, sól, pieprz, czosnek, ocet jabłkowy, koper<br>herbata |
|                                | <b>Podwieczorek</b> | Budyń śmietankowy<br>Pałeczki kukurydziane  | 7                    | Budyń śmietankowy- <b>napój owsiany</b> , mąka ziemniaczana, cukier<br>Grys kukurydziany   |
| <b>Piątek<br/>3.09.2021 r.</b> | <b>Śniadanie</b>    | Zupa mleczna z ryżem<br>Bułka z masłem, jajecznicza ze szczypiorem<br>Herbata owocowa                                     | 1,3<br><br>3         | Zupa mleczna- <b>napój owsiany</b> , ryż<br>Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , ziarno słonecznika, mąka kukurydziana, woda, drożdże, sól), masło roślinne <b>jaja</b> , szczypiorek, ogórek ,pomidor<br>Herbata owocowa, cukier<br>Zupa mleczna- <b>napój owsiany</b> , ryż<br>Bułka bezglutenowa(woda, skrobia kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, sub.zag., drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej<br>masło roślinne, <b>jaja</b> , szczypiorek, ogórek ,pomidor<br>herbata owocowa, cukier  |
|                                | <b>Obiad</b>        | Zupa zacierka<br>pieczywo<br>Mielony kotlet rybny<br>Ziemniaki<br>Surówka z marchwi i jabłka<br>Kompot malinowy<br>jabłko | 1,3,4,9<br><br>1,4,9 | Zupa- porcja kurczaka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, boczek wędzony, makaron grandinie (mąka pszenna semolina 100%)<br>Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól)<br>Ryba- <b>morszczuk</b> , <b>jaja</b> , <b>bułka tarta</b> , mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, <b>bułka wrocławska</b> , czosnek, koper<br>Ziemniaki, koper<br>Surówka- marchew, jabłko, cebula, koper, chrzan, ocet jabłkowy/ winny, sól, cukier , olej<br>Kompot- maliny, cukier<br>Zupa- porcja kurczaka, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, boczek wędzony,<br>Ryba- <b>morszczuk</b> , sól, pieprz, czosnek, koper<br>Ziemniaki, koper   |

|  |                     |                                  |     |  |
|--|---------------------|----------------------------------|-----|--|
|  |                     |                                  | 4,9 | Surówka- marchew, jabłko, cebula, koper, chrzan, olej, ocet jabłkowy, sól, cukier<br>Kompot- maliny, cukier  |
|  | <b>Podwieczorek</b> | Bułka z masłem i dżemem<br>mleko | 1   | Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>żytnia</b> , <b>pszenna</b> , woda, drożdże, płatki <b>pszenne</b> , płatki <b>owsiane</b> , otręby <b>żytnie</b> , sól), masło roślinne, dżem, <b>napój owsiany</b><br>Bułka bezglutenowa(woda, skrobia kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, sub.zag., drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej)<br>masło roślinne, dżem, 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  
\* jadalność może ulec zmianie