

JADŁOSPIS 6 - 10.09.2021r.				
DIETA BEZMLECZNA/ BEZGLUTENOWA				
DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wyfuzowaniem alergenów
Poniedziałek 6.09.2021 r.	Śniadanie	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka, pomidor, ogórek Herbata	1,6,9,10	Zupa - napój owsiany, kasza <b>manna</b> Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>razowa</b> , <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, <b>szynka</b> wieprzowa, ogórek, pomidor Herbata czarna, cukier
			6,9,10	Zupa - 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, <b>szynka</b> wieprzowa, ogórek, pomidor Herbata czarna, cukier
	Obiad	Zupa ogórkowa, pieczywo Makaron z kurczakiem w sosie kremowym Kompot z czarnej porzeczki Śliwka	1,9	Zupa - porcja rosółowa, ogórek kiszony, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, natka pietruszki, koper, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Kurczak w sosie - makaron (mąka <b>pszenna</b> durum), filec z kurczaka, cebula, czosnek, natka pietruszki, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, sól, pieprz, bazyliia, tymianek Kompot - czarna porzeczka, cukier Śliwka
			9	Zupa - porcja rosółowa, ogórek kiszony, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, por, natka pietruszki, koper, sól, pieprz, 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) Kurczak w sosie - makaron ryżowy, filec z kurczaka, cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, bazyliia, tymianek Kompot - czarna porzeczka, cukier Śliwka
Podwieczorek	pudding ryżowy z owocami Kompot wieloowocowy		pudding - napój owsiany, ryż, gruszka, truskawka, laska wanilii Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier	
Wtorek 7.09.2021 r.	Śniadanie	Kasza gryczana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka/ kurczaka, sałata, ogórek Herbata	1	Zupa - napój owsiany, kasza gryczana Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , mąka kukurydziana, słonecznik, woda, drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z inyka/ kurczaka, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier
				Zupa - 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 z inyka/ kurczaka, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier
	Obiad	Krem z buraka z grzankami Gulasz wieprzowy Ziemniaki z koperkiem	1,9	Zupa - buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, koper, ocet jabłkowy, sól, pieprz Chleb tostowy (mąka <b>pszenna</b> , drożdże, woda, sól)

		Surówka z selera i jabłka Kompot z czerwonej porzeczki		Gulasz - karczek wieprzowy, papryka, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, majeranek Ziemniaki, koper Surówka - <b>seler</b> , jabłko, cytryna, natka pietruszki, sól, pieprz, cukier Kompot - czerwona porzeczka, cukier
			9	Zupa - buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por, cebula, czosnek, koper, ocet jabłkowy, 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) Gulasz - karczek wieprzowy, papryka, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz, majeranek Ziemniaki, koper Surówka - <b>seler</b> , jabłko, cytryna, natka pietruszki, sól, pieprz, cukier Kompot - czerwona porzeczka, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Budyń czekoladowy Banan		Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier, cukier waniliowy, kakao Banan
<b>Środa</b> <b>8.09.2021 r.</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki/ kasza na mleku roślinnym bułka z masłem roślinnym, pasta jajeczna, rzodkiewka, ogórek Herbata	1,3	Zupa - napój owsiany, płatki <b>jęczmienne</b> Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>razowa</b> , <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, jaja, ogórek, rzodkiewka, sól, pieprz Herbata czarna, cukier
			3	Zupa - napój owsiany, płatki kukurydziane/ 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, <b>jaja</b> , rzodkiewka, ogórek Herbata czarna, cukier
	<b>Obiad</b>	Zupa gulaszowa, pieczywo Naleśniki z jabłkami, mus brzoskwinowy Kompot wieloowocowy	1,3,9	Zupa - łopatka wieprzowa, polędwica wołowa, ziemniak, marchew, papryka, pieczarki, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, natka pietruszki, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, tymianek Chleb pszenno- żytni (mąka <b>pszenna</b> , <b>żytnia</b> , kwas, drożdże, woda, sól) Naleśniki - mąka <b>pszenna</b> , <b>jaja</b> , napój ryżowy, olej rzepakowy, jabłka, cukier, brzoskwinie Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
			9	Zupa - łopatka wieprzowa, polędwica wołowa, ziemniak, marchew, papryka, pieczarki, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, tymianek 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) Naleśniki - mąka gryczana, ryżowa, jaja, napój ryżowy, olej rzepakowy, jabłka, cukier, brzoskwinie Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier
	<b>Podwieczorek</b>	Foccacia Woda z cytryną		Foccacia - mąka ryżowa, ziemniaczana, kukurydziana, oliwa, drożdże, kukurydza, czosnek, rozmaryn, sól, cukier

				cytryna
Czwartek 9.09.2021 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta paprykowa herbata owocowa	1	Zupa - napój owsiany, płatki ryżowe Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa, razowa, pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, ogórek, czosnek, oliwa, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
				Zupa - napój owsiany, płatki ryżowe Bułka bezglutenowa(woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, papryka, ogórek, czosnek, oliwa, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa neapolitańska Pulpety w sosie pomidorowym Kasza jęczmienna/ jagłana Surówka z kapusty pekińskiej Lemoniada	1,3,9	Zupa - porcja kurczaka, makaron (mąka <b>pszenna, jaja</b> ), ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Pulpety - łożatka wieprzowa, <b>jaja</b> , bułka <b>pszenna</b> , cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, mąka <b>pszenna</b> , sól, pieprz, oregano, papryka słodka kasza <b>jęczmienna</b> Surówka - kapusta pekińska, papryka, kukurydza, cebula czerwona, czosnek, szczypior, koper, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, oregano, cukier Lemoniada - cytryny, miód
			9	Zupa - porcja kurczaka, makaron ryżowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Pulpety - łożatka wieprzowa, jaja, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, oregano, papryka słodka kasza jagłana surówka - kapusta pekińska, papryka, kukurydza, cebula czerwona, czosnek, szczypior, koper, natka pietruszki, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz, oregano, cukier Lemoniada - cytryny, miód
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy Chałka/ bułka z masłem i dżemem	1,3	Koktajl - napój ryżowy, truskawki, cukier Chałka (mąka <b>pszenna</b> woda, <b>jajka</b> , drożdże, olej rzepakowy), masło roślinne, dżem niskosłodzony
				Koktajl - napój ryżowy, truskawki, 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 niskosłodzony
Piątek 10.09.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka z masłem roślinnym, jajecznicza ze szczyporkiem, pomidor, ogórek Herbata z cytryną	1,3	Zupa - napój owsiany, ryż Bułka kukurydziana (mąka <b>pszenna</b> , mąka kukurydziana, słonecznik, woda, drożdże, sól), masło roślinne, jaja, szczypior, ogórek, pomidor, sól, pieprz Herbata czarna, cytryna, cukier
			3	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, <b>jaja</b> , szczypior, ogórek, pomidor, sól, pieprz Herbata czarna, cytryna, cukier

	<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z ryżem Dorsz w sosie porowym Ziemniaki z koperkiem Surówka ze świeżego ogórka Kompot porzeczkowy jabłko	1,4,9	Zupa - porcja kurczaka, ryż, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koncentrat pomidorowy, mąka <b>pszenna</b> , natka pietruszki, sól, pieprz Ryba - <b>dorsz</b> , por, czosnek, masło roślinne, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - ogórek, cebula, szczypior, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz Kompot - porzeczka czarna/ czerwona, cukier Jabłko
			4,9	Zupa - porcja kurczaka, ryż, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , cebula, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, sól, pieprz Ryba - <b>dorsz</b> , por, czosnek, masło roślinne, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka - ogórek, cebula, szczypior, koper, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz Kompot- porzeczka czarna/ czerwona, cukier jabłko
	<b>Podwieczorek</b>	Bułka z masą miodową Kisiel owocowy	1	Bułka orkiszowa (mąka <b>orkiszowa</b> , <b>razowa</b> , <b>pszenna</b> , woda, drożdże, sól), masło roślinne, miód Kisiel - truskawki/ maliny, mąka ziemniaczana, cukier
				Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, miód Kisiel - truskawki/ maliny, mąka ziemniaczana, cukier

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