

JADŁOSPIS 20 - 24.09.2021 r.
Diety **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytfuszczeniem alergenów
Poniedziałek 20.09.2021 r.	Śniadanie	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata	1	Zupa - napój owsiany, kasza jęczmienna Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata, cukier Zupa - napój owsiany, kasza jagłana Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, pierś z kurczaka, sałata, ogórek Herbata, cukier
	Obiad	Zupa ziemniaczana z groszkiem, pieczywo Makaron z boczkiem Kompot truskawkowy Śliwka	1,3,9 9	Zupa - porcja kurczaka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , groszek, por, cebula, natka pietruszki, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron świderki (mąka pszenna, jaja), boczek wędzony, słonina, olej rzepakowy, cebula, sól, pieprz Kompot - truskawki, cukier Śliwka Zupa - porcja kurczaka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , groszek, por, cebula, natka pietruszki, koper, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jagłana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Makaron ryżowy(ryż), boczek wędzony, słonina, olej rzepakowy, cebula, sól, pieprz Kompot - truskawki, cukier Śliwka
	Podwieczorek	Ciasto z jabłkiem/ marchewką Woda z cytryną		Ciasto - mąka kukurydziana, mąka gryczana, napój ryżowy, jabłka/ marchew cytryna
Wtorek 21.09.2021 r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, polędwica z kurczaka, sałata, pomidor, ogórek Herbata	1	Zupa - napój owsiany, płatki kukurydziane Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka/ kurczaka sałata, pomidor, ogórek 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, polędwica z indyka/ kurczaka sałata, pomidor, ogórek Herbata, cukier
	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką i pomidorami, pieczywo klops Ziemniaki z koperkiem Surówka z buraczką z cebulką i jabłkiem Lemoniada pomarańczowa	1,3,6,9	Zupa - porcja kurczaka, brukselka, pomidory pelati, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, koper, makaron kuleczki (mąka pszenna, jaja), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Klops - łopata wieprzowa, jajka , bułka wrocławska (mąka pszenna , lecytyna sojowa , woda, drożdże, sól), natka pietruszki, koper, sól, pieprz, oregano, papryka słodka Ziemniaki, koper Surówka - burak, cebula, jabłko, koper, czosnek, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier

			9	<p>Lemoniada - pomarańcze, miód</p> <p>Zupa - porcja kurczaka, brukselka, pomidory pelati, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koper, makaron ryżowy (ryż), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>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)</p> <p>Klops - łopata wieprzowa, natka pietruszki, koper, sól, pieprz, oregano, papryka słodka</p> <p>Ziemniaki, koper</p> <p>Surówka - burak, cebula, jabłko, koper, czosnek, oliwa, ocet jabłkowy, sól, cukier</p> <p>Lemoniada - pomarańcze, miód</p>
	Podwieczorek	Budyń czekoladowy Gruszka		Budyń - napój ryżowy, mąka ziemniaczana, cukier, kakao gruszka
Środa 22.09.2021 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta paprykowa, ogórek, szczypior Herbata owocowa	1	<p>Zupa - napój owsiany, kasza jaglana</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, papryka, ogórek, szczypior, oliwa, sól, pieprz</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p> <p>Zupa - napój owsiany, kasza jaglana</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, papryka, ogórek, szczypior, oliwa, sól, pieprz</p> <p>Herbata owocowa, cukier</p>
	Obiad	Zupa pieczarkowa z pieczywem Gulasz wieprzowy Kasza gryczana mizeria Kompot malinowy	1,9	<p>Zupa - porcja rosółowa, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz</p> <p>Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia, kwas, drożdże, woda, sól)</p> <p>Gulasz - karczek wieprzowy, papryka, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, mąka pszenna, sól, pieprz, papryka słodka, tymianek, majeranek</p> <p>Kasza gryczana</p> <p>Mizeria - ogórki, cebula, szczypior, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz</p> <p>Kompot - maliny, cukier</p> <p>Zupa - porcja rosółowa, pieczarki, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, natka pietruszki, sól, pieprz</p> <p>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)</p> <p>Gulasz - karczek wieprzowy, papryka, marchew, pietruszka, cebula, czosnek, sól, pieprz, papryka słodka, tymianek, majeranek</p> <p>Kasza gryczana</p> <p>Mizeria - ogórki, cebula, szczypior, oliwa, ocet jabłkowy, sól, pieprz</p> <p>Kompot - maliny, cukier</p>
	Podwieczorek	Zapiekanka ryżowa z jabłkami		Zapiekanka - ryż, napój ryżowy, jabłko, cynamon
Czwartek 23.09.2021 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, jajecznica ze szczypiorkiem, ogórek, pomidor Herbata	1,3	<p>Zupa - napój ryżowy, płatki owsiane</p> <p>Bułka kukurydziana (mąka pszenna, mąka kukurydziana, słonecznik, woda, drożdże, sól), masło roślinne, jaja, ogórek, pomidor, szczypior</p> <p>Herbata, cukier</p>

			3	Zupa - napój ryżowy, płatki kukurydziane/ ryżowe Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jaja , ogórek, pomidor, szczypiór Herbata, cukier
	Obiad	Zupa krem z kalafiora, pieczywo Kurczak po chińsku Ryż Kompot wieloowocowy	1,9 9	Zupa - kalafior, ziemniaki, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno - żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kurczak po chińsku- filet kurczaka, marchew, pieczarka, kapusta biała, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, imbir, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz ryż Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa - kalafior, ziemniaki, pietruszka, seler , por, cebula, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie 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 po chińsku- filet kurczaka, marchew, pieczarka, kapusta biała, por, cebula, czosnek, natka pietruszki, imbir, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, kolendra, papryka słodka, sól, pieprz ryż Kompot - mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Kostka z kaszy jaglanej z musem malinowym Arbuz		Kostka - kasza jaglana, napój ryżowy, maliny, cukier arbuz
Piątek 24.09.2021 r.	Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Bułka z masłem roślinnym, szynka, pomidor, ogórek, papryka Herbata z cytryną	1,6,9,10	Zupa - napój owsiany, ryż Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, pierś indyka/ kurczaka, pomidor, ogórek, papryka Herbata czarna, miód, cytryna 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, pierś indyka/ kurczaka, pomidor, ogórek, papryka Herbata czarna, miód, cytryna
	Obiad	Zupa rybna, pieczywo Kopytka z bułką tartą/ kopytka Surówka z marchewki i jabłka Kompot truskawkowy	1,3,4,9 3,4,9	Zupa - porcja rosółowa, dorsz , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kopytka - ziemniaki, jaja , mąka ziemniaczana, mąka pszenna , bułka tarta pszenna Surówka - marchew, jabłka, cytryna Kompot - truskawki, cukier Zupa - porcja rosółowa, dorsz , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, sól, pieprz, lubczyk, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie 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)

				Kopytka - ziemniaki, jaja , mąka ziemniaczana, masło roślinne Surówka - marchew, jabłka, cytryna Kompot - truskawki, cukier
	Podwieczorek	Bułka z masłem roślinnym Koktajl owocowy	1,3	Chałka (mąka pszenna , jaja , woda, drożdże, olej rzepakowy), masło roślinne Koktajl - napój ryżowy, truskawki Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne Koktajl - napój ryżowy, truskawki

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