

JADŁOSPIS 29.07 – 2.08.2024 r.
DIETY **bezmleczna/ bezglutenowa**

DATA	Rodzaj posiłku	MENU	Informacja dla alergików	Skład z wytluszczeniem alergenów
Poniedziałek 29.07.2024 r.	Śniadanie	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, szynka, papryka, ogórek Herbata miętowa	1,10	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza manna pszenna , brzoskwinie Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól)masło roślinne, szynka sołtysa, papryka, ogórek Herbata miętowa, cukier, woda
			10	Zupa mleczna- 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, szynka sołtysa, papryka, ogórek Herbata miętowa, cukier, woda
	Obiad	Zupa jarzynowa czysta, pieczywo Makaron z serem i boczkiem Kompot agrestowy	1,3,9	Zupa - porcja rosółowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, koper, woda Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna, żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Makaron - makaron (mąka pszenna z semoliny, jajka), boczek, słonina Kompot – agrest ,cukier, woda
Podwieczorek	Bułka z masłem i dżemem Kisiel truskawkowy	Bułka z masłem i dżemem Kisiel truskawkowy	1,3,10	Bułka – (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło 82%,dżem niskosłodzony Kisiel – truskawki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, cukier, woda
			3,10	Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem Kisiel – truskawki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, cukier, woda
Wtorek 30.07.2024 r.	Śniadanie	Kakao Bułka z masłem roślinnym, ser żółty, jajko, papryka, pomidor, ogórek	1,3 3	Kakao - napój owsiany, cukier, kakao Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B- karoten, witamina B12), jajko , papryka, pomidor, ogórek
				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, ser żółty wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia modyfikowana, skrobia, sól morską, aromaty, ekstrakt z oliwek, barwnik: B-karoten, witamina B12), jajko , papryka, pomidor, ogórek

	Obiad	Zupa krupnik jęczmienny, pieczywo Kotlet pożarski Ziemniaki młode z koperkiem Mizeria Lemoniada	1,3,9	Zupa - zeberka, kasza jęczmienna pszenna , ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, woda Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kotlet – filet z piersi kurczaka, jaja , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz Ziemniaki, koper, sól ,woda Mizeria – ogórek, szczypior, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, ocet jabłkowy, cukier, sól pieprz Rabarbar, cytryna, woda
			9	Zupa - zeberka, kasza jaglana, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, woda 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) Kotlet – filet z piersi kurczaka, jaja , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz Ziemniaki, koper, sól ,woda Mizeria – ogórek, szczypior, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, ocet jabłkowy, cukier, sól pieprz Rabarbar, cytryna, woda
	Podwieczorek	Budyń śmietankowy Rogal maślany Budyń śmietankowy	3	Budyń – napój owsiany, mąka ziemniaczana, cukier Rogal - mąka pszenna , woda, jajka , drożdże, olej rzepakowy Budyń – napój owsiany, 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
Środa 31.07.2024 r.	Śniadanie	Płatki na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, dżem Herbata	1,3 3	Zupa mleczna- napój owsiany, płatki owsiane pszenne Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, dżem Herbata, cukier, woda Zupa mleczna- napój owsiany, płatki gryczane Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, dżem Herbata, cukier, woda

	Obiad	Zupa neapolitańska Gulasz węgierski z szynki w sosie pomidorowym ze śmietaną i plackiem ziemniaczanym Ogórek kiszony Kompot wieloowocowy	1,3,9 3,9	Zupa - kura porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler , makaron gnocchetti (mąka pszenna z semoliny, jajka), cebula, ser żółty wege, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, woda Gulasz - placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, sól), szynka zrazowa, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek, majeranek Ogórek małosolny Kompot – mieszanka kompotowa, cukier, woda Zupa - kura porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler, makaron bezglutenowy, cebula, ser żółty wege, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, woda Gulasz - placki ziemniaczane (ziemniaki, cebula, tłuszcz roślinny, sól), szynka zrazowa, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, natka pietruszki, sól, pieprz, tymianek, majeranek Ogórek małosolny Kompot – mieszanka kompotowa, cukier, woda
	Podwieczorek	Pudding mleczno – ryżowy z miodem i truskawkami		Pudding - napój owsiany, ryż, truskawki, miód
Czwartek 2.08.2024 r.	Śniadanie	Kawa inka Bułka z masłem roślinnym, polędwica z indyka, sałata, rzodkiewka, ogórek, miód	1	Kawa- napój ryżowy, kawa zbożowa (zboża 78% (jęczmień, żyto), cykoria), cukier Bułka orkiszowa (mąka orkiszowa, pszenna , drożdże, sól), masło roślinne, polędwica z indyka, sałata ogórek, rzodkiewka, miód Kawa – napój migdałowy, kawa inka bezglutenowa, cukier 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, sałata ogórek, rzodkiewka, miód
	Obiad	Zupa zacierka Kotlet schabowy Ziemniaki z koprem Surówka z kapusty białej z natka i oliwą Herbata z cytryną	1,3,9 3,9	Zupa - porcja rosółowa, boczek wędzony, słonina, makaron (mąka pszenna durum), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, woda Kotlet – schab, jajka , sól, pieprz Ziemniaki, koper, woda sól Surówka – kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, pietruszka natka, ocet jabłkowy, musztarda , cukier Herbata – herbata, cukier, woda Zupa - porcja rosółowa, boczek wędzony, słonina, makaron bezglutenowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, pieprz, woda Kotlet – schab, jajka , sól, pieprz Ziemniaki, koper, woda sól Surówka – kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, pietruszka natka, ocet jabłkowy, musztarda , cukier Herbata – herbata, cukier, woda
	Podwieczorek	Jabłko pod cynamonową kruszonką	3	Jabłko, płatki gryczane, masło roślinne, mąka żytnia, cukier trzcinowy, cynamon, imbir
Piątek 3.08.2024 r.	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, pasta z zielonego groszku, ogórek, papryka Herbata	1	Zupa mleczna- napój owsiany, kasza jaglana Bułka grahamka (mąka żytnia, pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, groszek zielony, bazylia, czosnek, cytryna, sól, pieprz, papryka, ogórek Herbata czarna, woda, cukier Zupa mleczna- napój owsiany, płatki jaglane

				Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, masło roślinne, groszek zielony, bazyliia, czosnek ,cytryna, sól, pieprz, papryka, ogórek Herbata czarna, cukier, woda
	Obiad	Zupa koperkowa, pieczywo Kopytka z bułką tartą Surówka z marchewki i jabłka Kompot truskawkowy	1,3,9	Zupa – porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, olej rzepakowy, woda Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Kopytka - ziemniaki, jajka , mąka ziemniaczana, sól Surówka - marchew, jabłko, cytryna Kompot – truskawki, cukier, woda
			3,9	Zupa- porcja rosółowa, koper, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, olej rzepakowy, woda 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, jajka , mąka ziemniaczana, sól Surówka - marchew, jabłko, cytryna Kompot – truskawki, cukier, woda
Podwieczorek	Koktajl truskawkowy Biszkopty/ wafle ryżowe	1,3	Koktajl – jogurt wege (94,6% ekstrakt miąższu kokosa (woda, ekstrakt miąższu kokosa), skrobia modyfikowana , truskawki, cukier Biszkopty – mąka pszenna , jajka , cukier Koktajl – jogurt wege (94,6% ekstrakt miąższu kokosa (woda, ekstrakt miąższu kokosa), skrobia modyfikowana, truskawki, cukier Ryż	

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