Dieta bezjajeczna

Dieta bezmleczna

Dieta eliminacyjna

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie.**

**Jadłospis Numer 33**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **18.08.2025 Poniedziałek** | **19.08.2025 Wtorek** | **20.08.2025 Środa** | **21.08.2025 Czwartek** | **22.08.2025 Piątek** |
| Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Szynka wieprzowa, gotowana**  **Sałata**  **Pomidor**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne** **Kawa zbożowa na mleku**   **Kawa zbożowa na mleku sojowym**Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**) **Herbata czarna**  **herbata bez cytryny** Składniki: woda, cukier, herbata czarna  | Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Jajko w sosie jogurtowo- majonezowym**  Składniki: **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), sól biała, pieprz **Pasztet****Jajko na twardo bez sosu****Papryka czerwona**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne** **Herbata czarna herbata bez cytryny** Składniki: woda, cukier, herbata czarna  | Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Pasta Twarogowa ze szczypiorkiem**  Składniki: ser twarogowy chudy (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), szczypiorek, pieprz **Pasta Twarogowa z serka koziego ze szczypiorkiem**  **Papryka czerwona**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Herbata owocowa**  Składniki: woda, cukier, herbata owocowa  | Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Parówka z kurczaka 100%**  **Pomidor**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne** **Herbata czarna**  **herbata bez cytryny** Składniki: woda, cukier, herbata czarna  | Śniadanie**Płatki kukurydziane na mleku**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane **Płatki kukurydziane na mleku sojowym****Chleb pszenny**  **Ser gouda tłusty (z mleka) ser podpuszczkowy kozi** **Ogórek**  **Masło ekstra (z mleka)**  **masło roślinne** **Herbata czarna herbata bez cytryny** Składniki: woda, cukier, herbata czarna  |
| Obiad**Krupnik z kaszą jęczmienną**  Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Łazanki z białą kapustą i kiełbasą**  Składniki: kapusta biała, makaron **pszenny** bezjajeczny, cebula, kiełbasa śląska, pieczarki świeże, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski **Łazanki bezjajeczne z białą kapustą i kiełbasą**  **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  | Obiad**Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym**  Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, groszek ptysiowy (**pszenica**), chleb **pszenno-żytni**, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek **Krem z białych warzyw z grzanką** **Gulasz wieprzowy**  Składniki: wieprzowina łopatka, przecier pomidorowy, marchew, cebula, olej rzepakowy **Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana**  **Buraczki duszone**  Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, cytryna, sól biała, pieprz **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  | Obiad**Rosół drobiowy z makaronem**  Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Rosół drobiowy z makaronem bezjajecznym**  **Nuggetsy z kurczaka**  Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz **Nuggetsy z kurczaka bez panierki I jajka** **Frytki pieczone**  Składniki: ziemniaki **Sałatka wiosenna**  Składniki: ogórek, pomidor, sałata lodowa, sałata rzymska, sałata, cebula czerwona, oliwa **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  | Obiad**Żurek z ziemniakami na białej kiełbasie**  Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kiełbasa biała parzona, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Makaron z twarogiem i cynamonem**  Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny, cukier, cynamon **Makaron bezjajeczny z twarogiem i cynamonem**  **Makaron z jabłkami I cynamonem** **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  | Obiad**Zupa jarzynowa z ryżem**  Składniki: woda, marchew, ryż biały, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, kurczak, tuszka, koperek, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Zupa jarzynowa z ryżem niezabielana****Paluszki rybne pieczone**  Składniki: paluszki **rybne** mrożone **Paluszki rybne pieczone w panierce bez jajek**  **Piers grillowana z kurczakiem****Ziemniaki młode, gotowane**  Składniki: ziemniaki, młode **Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka**  Składniki: kapusta kiszona, jabłko, marchew, olej rzepakowy **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  |
| Podwieczorek**Jogurt borówkowy**  Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), borówki, cukier puder**Jogurt borówkowy na mleku migdałowym**  | Podwieczorek**Wafel przekładany z gorzką czekoladą**  Składniki: wafle nadziewane (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**), woda, kakao 16%, proszek **Wafel przekładany z gorzką czekoladą bez dodatku masła** **Wafel przekładany marmoladą, sok Kubuś** **Winogrona bez pestek**  **Kakao**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier**Kakao na mleku kokosowym**  | Podwieczorek**Szyszki**  Składniki: irysy, krówki, ryż preparowany, kakao 16%, proszek **Herbatniki, Herbatniki** **Lemoniada owocowa**  Składniki: woda, pomarańcza, marchew, cukier **Lemoniada owocowa bez cytrusów** | Podwieczorek**Budyń czekoladowy z dżemem**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, dżem z czarnych porzeczek, niskosłodzony, **jaja** kurze całe, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), cukier, skrobia ziemniaczana **Kisiel I waffle ryżowe****Budyń czekoladowy na mleku sojowym** | Podwieczorek**Chrupki kukurydziane**  **Jabłko**   |