Dieta bezmleczna

Dieta bezjajeczna

Dieta eliminacyjna

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

**Jadłospis nr 25**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **09.06.2025 Poniedziałek** | **10.06.2025 Wtorek** | **11.06.2025 Środa** | **12.06.2025 Czwartek** | **13.06.2025 Piątek** |
| Śniadanie  **Chleb pszenno-żytni**  **Szynka z piersi kurczaka**  **Sałata**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Kakao Kakao na mleku migdałowym**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier  **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**  **Serek śmietankowy (z mleka) twarożek kozi**  **Ogórek**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Herbata czarna herbata bez cytryny**  Składniki: woda, cukier, herbata czarna | Śniadanie  **Chleb pszenno-żytni**  **Pasta jajeczna ze szczypiorkiem**  Składniki: **jaja** kurze całe, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), szczypiorek, pieprz, sól biała  **Pasta jajeczna ze szczypiorkiem bez twarogu**  **Pasta twarogowa ze szczypiorkiem**  **Papryka czerwona**  **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 owocowa**  Składniki: woda, cukier, herbata owocowa | Śniadanie  **Chleb pszenno-żytni**  **Kiełbasa pieczona z cebulą**  Składniki: kiełbasa śląska, cebula, olej rzepakowy  **Pomidor**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Herbata czarna herbata bez cytryny**  Składniki: woda, cukier, herbata czarna | Śniadanie  **Chleb pszenno-żytni**  **Pasta pomidorowa z sardynek i twarogu**  Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **sardynka** w pomidorach, sól biała, pieprz  **Pasta pomidorowa z sardynek**  **Dżem**  **Pomidor**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Herbata czarna**  **herbata bez cytryny**  Składniki: woda, cukier, herbata czarna |
| Obiad  **Zupa brukselkowa z ziemniakami**  Składniki: woda, brukselka, mrożona, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony  **Zupa brukselkowa niezabielana z ziemniakami**  **Makaron ze świeżymi truskawkami i jogurtem greckim**  Składniki: jogurt grecki (z **mleka**), truskawki, makaron **pszenny** bezjajeczny, cukier, cytryna  **Makaron bezjajecznyze świeżymi truskawkami I jogurtem greckim**  **Makaron ze świeżymi truskawkami**  **Makaron ze świeżymi malinami I jogurtem greckim**  **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier | Obiad  **Zupa pomidorowa z ryżem**  Składniki: woda, passata pomidorowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie  **Zupa pomidorowa z ryżem niezabielana**  **Nuggetsy z kurczaka bez mleka**  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 z jajka**  **Frytki pieczone**  Składniki: ziemniaki, olej rzepakowy  **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**  **Kotlet pożarski Kotlet pożarski bez jaja**  Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), bułki **pszenne** zwykłe, natka pietruszki, sól biała, pieprz  **Ryż biały, gotowany**  **Surówka z kapusty pekińskiej, z marchewką, kukurydzą i jogurtem greckim**  Składniki: kapusta pekińska, marchew, jogurt grecki (z **mleka**), kukurydza, mrożona, cebula, koperek  **Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kukurydzą I oliwą z oliwek**  **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier | Obiad  **Zupa gulaszowa z tartymi kluskami**  Składniki: woda, ziemniaki, wieprzowina łopatka, marchew, **jaja** kurze całe, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, papryka czerwona, przecier pomidorowy, mąka **pszenna**, typ 450, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka  **Zupa gulaszowa z grzanką**  **Fasolka szparagowa z wody, z masłem i bułką tartą**  Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**)  **Fasolka szparagowa z wody z masłem roślinnym I bułka tartą** **Sałatka śródziemnomorska**  **Ziemniaki, gotowane w wodzie**  **Mizeria z jogurtem naturalnym**  Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)  **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier | Obiad  **Zupa pieczarkowa z łazanką**  Składniki: woda, pieczarki świeże, marchew, pietruszka, korzeń, makaron bezjajeczny z semoliny (**pszenica**), śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, tymianek  **Zupa pieczarkowa niezabielana z łazanką**  **Zupa pieczarkowa z łazanką bezjajecną**  **Naleśniki z twarogiem i musem malinowym**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, maliny, mrożone, **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy  **Naleśniki z truskawkami**  **Naleśniki bez jajek z twarogiem I musem malinowym**  **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier |
| Podwieczorek  **Jogurt borówkowo-bananowy**  Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), borówki, banan, cukier puder  **Jogurt borówkowo-bananowy na mleku owsianym** | Podwieczorek  **Galaretka owocowa z winogronami**  Składniki: woda, winogrona, galaretka owocowa, w proszku | Podwieczorek  **Lemoniada owocowa Lemoniada bez cytrusów z jabłkiem I bananem**  Składniki: woda, pomarańcza, marchew, limonka, cytryna, cukier  **Herbatniki (pszenica, mleko)**  **Pałki kukurydziane** | Podwieczorek  **Ślimaczki z ciasta francuskiego z marmoladą**  Składniki: dżem truskawkowy, niskosłodzony, woda, mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**), sól biała  **Ciasto francuskie na maśle roślinnym z marmoladą**  **Kakao Kakao na mleku kokosowym**  **Jogurt Vege**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier | Podwieczorek  **Wafel jogurtowo-owocowy**  Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), galaretka agrestowa, w proszku, wafle nadziewane (**pszenica**), maliny, mrożone  **Wafel z galaretką I dżemem**  **Jabłko** |