Dieta bezmleczna

Dieta bezjajeczna

Dieta eliminacyjna

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

**Jadłospis nr 23**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **26.05.2025 Poniedziałek** | **27.05.2025 Wtorek** | **28.05.2025 Środa** | **29.05.2025 Czwartek** | **30.05.2025 Piątek** |
| Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Szynka z piersi kurczaka**  **Papryka czerwona**  **Masło ekstra (z mleka) margaryna**  **Herbata czarna**   **herbata bez cytryny**Składniki: woda, cukier, herbata czarna  | Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Parówki z szynki (gorczyca)**  **Keczup**  **Pomidor**  **Masło ekstra (z mleka) margaryna** **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**  **Dżem wiśniowy, niskosłodzony**  **Masło ekstra (z mleka) margaryna**  **Herbata czarna**  **herbata bez cytryny** Składniki: woda, cukier, herbata czarna  | Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Ser gouda tłusty (z mleka) Ser kozi podpuszczkowy** **Ogórek**  **Masło ekstra (z mleka) margaryna**  **Kawa zbożowa na mleku Kawa 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**  **Pasta z makreli i twarogu Pasta z makreli I twarogu koziego**   **Pasztet**Składniki: **sardynka** w pomidorach, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), szczypiorek, sól biała, pieprz **Pomidor**  **Masło ekstra (z mleka) margaryna** **Herbata owocowa**  Składniki: woda, cukier, herbata owocowa  |
| Obiad**Zupa jarzynowa z makaronem**  Składniki: woda, zupa jarzynowa, mrożona, ziemniaki, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Zupa jarzynowa z makaronem bezjajecznym****Ryż na mleku z truskawkami**  Składniki: truskawki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, ryż biały, śmietana 12% (z **mleka**), cukier **Ryż na wodzie z truskawkami** **Ryż na wodzie z jabłkami** **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 niezabielana z ryżem****Pierogi ruskie**  **Pierogi z jabłkami bez jajek** Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, ziemniaki, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), cebula, masło ekstra (z **mleka**), **jaja** kurze całe, sól biała **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****Bitki schabowe w sosie własnym**  Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450 **Ziemniaki, młode**  **Sałata z pomidorem, w sosie śmietanowym z ziołami**  Składniki: sałata, pomidor, śmietana 18% (z **mleka**), zioła prowansalskie **Sałata z pomidorem z ziołami I oliwą****Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  | Obiad**Żurek na białej kiełbasie z grzanką czosnkową**  Składniki: woda, ziemniaki, kiełbasa biała parzona, chleb **pszenny**, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Makaron penne z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowym**  Składniki: szpinak, mrożony, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, gałka muszkatołowa **Makaron penne z kurczakiem w sosie szpinakowym****Makaron bezjajeczny penne z kurczakiem w sosie szpinakowo - śmietankowym****Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  | Obiad**Zupa nylonowa**  Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza manna (**pszenica**), mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Kluski leniwe z musem jagodowym**  Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, jagody mrożone, woda, masło ekstra (z **mleka**), cukier, sól biała **Kluski śląskie z cebulką****Kluski leniwe bez dodatku jajek z musem jagodowym****Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  |
| Podwieczorek**Rogaliki z marmoladą**  Składniki: dżem wiśniowy, niskosłodzony, mąka **pszenna**, typ 500, margaryna twarda, 80% tłuszczu, z witaminami a i d, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, drożdże piekarskie, prasowane, cukier **Rogaliki z marmoladą bez masła** **Kakao Kakao na mleku kokosowym** Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier **Jogurt Vege** | Podwieczorek**Jogurt borówkowo-malinowy**  Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), maliny, mrożone, borówki, cukier puder **Jogurt borówkowo-malinowy na mleku migdałowym** | Podwieczorek**Pudding waniliowy z kaszy manny, z musem brzoskwiniowym**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, brzoskwinia, kasza manna (**pszenica**), cukier z prawdziwą wanilią **Pudding na mleku migdałowym waniliowy z kaszy manny z musem brzoskwiniowym** | Podwieczorek**Sałatka owocowo- warzywna**  Składniki: jabłko, banan, gruszka, marchew, cytryna, cukier  | Podwieczorek**Herbatniki (pszenica, mleko)**  **Banan**  **Wafel ryżowy** |