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** |