Dieta bezjajeczna

Dieta bezmleczna

Dieta eliminacyjna

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

**Jadłospis nr 29**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **07.07.2025 Poniedziałek** | **08.07.2025 Wtorek** | **09.07.2025 Środa** | **10.07.2025 Czwartek** | **11.07.2025 Piątek** |
| Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Szynka z piersi kurczaka**  **Pomidor**  **Sałata**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Kakao Kakao na mleku kokosowym** 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**  **Dżem jagodowy, niskosłodzony**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Herbata czarna herbata bez cytryny** Składniki: woda, cukier, herbata czarna  | Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Pasztet drobiowo- wieprzowy (pszenica, soja, seler)**  **Ogórek kiszony**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne** **Herbata czarna herbata bez cytryny** Składniki: woda, cukier, herbata czarna  | Śniadanie**Makaron literki na mleku**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron **pszenny** dwujajeczny **Makaron literki na mleku owsianym****Chleb pszenny**  **Ser gouda tłusty (z mleka) Ser kozi podpuszczkowy** **Ogórek**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Herbata czarna herbata bez cytryny**  Składniki: woda, cukier, herbata czarna  | Śniadanie**Chleb pszenno-żytni**  **Pasta jajeczno-serowa ze szczypiorkiem**  Składniki: **jaja** kurze całe, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), szczypiorek, pieprz, sól biała **Pasta z twarożkiem kozim ze szczypiorkiem****Pasta jajeczna ze szczypiorkiem****Papryka czerwona**  **Masło ekstra (z mleka) masło roślinne**  **Herbata owocowa**  Składniki: woda, cukier, herbata owocowa  |
| Obiad**Rosół drobiowo- wołowy z lanymi kluskami i kalafiorem**  Składniki: woda, marchew, **jaja** kurze całe, kalafior, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, mąka **pszenna**, typ 450, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Rosół drobiowo- wołowy z kalafiorem I ziemniakami** **Spaghetti bolognese**  Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula **Spaghetti Bolognese z makaronem bezjajecznym**  **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**  **Pieczona ryba Pierś z kurczaka grillowana** Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz **Pieczona ryba bez panierki z jajkiem**  **Ziemniaki młode, gotowane**  Składniki: ziemniaki, młode **Mizeria z jogurtem naturalnym**  Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**) **Surówka z ogórka, pomidora z oliwą z oliwek****Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  | Obiad**Zupa ziemniaczana z kiełbasą**  Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kiełbasa biała parzona, udo z kurczaka, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie **Zupa ziemniaczana niezabielana z kiełbasą****Ryż na mleku z truskawkami**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, truskawki, ryż biały, śmietana 12% (z **mleka**), cukier **Ryż gotowany na wodzie z truskawkami****Ryż na mleku z musem wiśniowym****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****Kotlet z kurczaka w panierce**  Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe **Kotlet z kurczaka w panierce bez jajek**  **Ziemniaki w ćwiartki pieczone**  Składniki: ziemniaki, sól biała **Kapusta biała zasmażana z koperkiem**  Składniki: kapusta biała, olej rzepakowy, koperek **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  | Obiad**Barszcz biały z jajkiem**  Składniki: woda, kiełbasa biała parzona, marchew, **jaja** kurze całe, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, zakwas na żurek (**żyto**), śmietana 18% (z **mleka**), sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy **Barszcz biały z grzanką****Barszcz biały niezabielany z grzanką****Barszcz biały z grzanką****Naleśniki z marmoladą**  Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, woda, dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier, cukier z prawdziwą wanilią **Naleśniki z marmoladą bez dodatku jaj**  **Naleśniki na mleku sojowym z marmoladą****Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier  |
| Podwieczorek**Budyń czekoladowy z brzoskwinią**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, brzoskwinia, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), **jaja** kurze całe, cukier, skrobia ziemniaczana **Kisiel jabłkowy****Kisiel jabłkowy I herbatniki** | Podwieczorek**Panna cotta z musem malinowym**  Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), maliny, mrożone, cukier z prawdziwą wanilią, żelatyna **Kasza jaglana na mleku migdałowym z musem malinowym** | Podwieczorek**Pierożki drożdżowe ze serem**  Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, cukier puder, śmietana 18% (z **mleka**), drożdże piekarskie, prasowane, sól biała **Arbuz**  **Arbuz I jogurt Vege** **Pierożki drożdzowe z kurczakiem Gyros** | Podwieczorek**Roladki z tortilli z szynką, warzywami i twarożkiem**  Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), woda, papryka czerwona, szynka kanapkowa, ogórek, olej rzepakowy, proszek do pieczenia (**pszenica**), sól biała **Roladki z tortilla z szynką i warzywami** | Podwieczorek**Nektarynka**  **Chrupki kukurydziane**   |