

Dieta bezjajeczna

Dieta bezmleczna

Dieta eliminacyjna

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

**Jadłospis Numer 18**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Dzień wolny | **22.04.2025 Wtorek** | **23.04.2025 Środa** | **24.04.2025 Czwartek** | **25.04.2025 Piątek** |
|  | Śniadanie  **Chleb pszenno-żytni**  **Pasztet drobiowo- wieprzowy (pszenica, soja, seler)**  **Ogórek kiszony**  **Masło ekstra (z mleka)**  **margaryna**  **Herbata czarna**   **bez cytryny**  Składniki: woda, cukier, herbata czarna | Śniadanie  **Chleb pszenno-żytni**  **Szynka z piersi kurczaka**  **Sałata**  **Papryka czerwona**  **Masło ekstra (z mleka)**  **margaryna**  **Kawa zbożowa na mleku**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)  **Kawa zbożowa na mleku sojowym**  **Herbata czarna**   **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 brzoskwiniowy, niskosłodzony**  **Masło ekstra (z mleka) margaryna**  **Herbata owocowa**  Składniki: woda, cukier, herbata owocowa | Śniadanie  **Chleb pszenno-żytni**  **Pasta sardynkowo - pomidorowa**  Składniki: **sardynka** w pomidorach, szczypiorek, sól biała, pieprz  **Pasta serowa ze szczypiorkiem**  **Pomidor**  **Masło ekstra (z mleka)**  **margaryna**  **Herbata czarna bez cytryny**  Składniki: woda, cukier, herbata czarna |
|  | Obiad  **Zupa pomidorowa z makaronem**  Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie  **Zupa pomidorowa z makaronem bezjajecznym**  **Zupa pomidorowa niezabielana z makaronem**  **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 mleku z malinami**  **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier | Obiad  **Rosół drobiowo-wołowy z ziemniakami**  Składniki: woda, ziemniaki, marchew, wołowina szponder, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie  **Gołąbki w sosie pomidorowym**  Składniki: wieprzowina szynka surowa, kapusta włoska, ryż biały, gotowany, koncentrat pomidorowy, 30%, marchew, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por  **Gołąbki w sosie pomidorowym bez jajek**  **Gołąbki w sosie pomidorowym bez masła**  **Sałatka grecka**  **bez sera feta**  Składniki: ogórek, sałata lodowa, papryka czerwona, papryka żółta, papryka zielona, pomidorki koktajlowe, ser typu "feta" (z **mleka**), olej rzepakowy, cebula czerwona, cytryna, sól biała, pieprz  **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier | Obiad  **Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnym**  Składniki: woda, marchew, pieczarki świeże, makaron bezjajeczny z semoliny (**pszenica**), śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, tymianek  **Zupa pieczarkowa niezabielana z makaronem na wywarze warzywnym**  **Zupa pieczarkowa z makaronem bezjajecznym na wywarze warzywnym**  **Pulpety gotowane z piersi kurczaka**  Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, mąka **pszenna**, typ 450  **Pulpety gotowane z piersi kurczaka bez jajek**  **Sos koperkowy**  Składniki: cebula, woda, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, koperek, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz  **Sos koperkowy niezabielany**  **Ziemniaki, gotowane w wodzie**  **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 brukselkowa**  Składniki: woda, brukselka, mrożona, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski  **Zupa brukselkowa**  **niezabielana**  **Kluski leniwe z sosem waniliowym**  Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, **mleko** krowie 2% bez laktozy, masło ekstra (z **mleka**), budyń w proszku, cukier, sól biała  **Kluski leniwe bez jajek w sosie waniliowym**  **Kluski śląskie z sosem waniliowym**  **Kompot owocowy**  Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier |
|  | 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, sól biała, proszek do pieczenia (**pszenica**)  **Roladki z tortilli z szynką, warzywami i twarożkiem kozim**  **Mus owocowy**  **Kakao na mleku migdałowym**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier | Podwieczorek  **Jogurt malinowo-bananowy**  Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan, maliny, mrożone, cukier puder  **Jogurt malinowo-bananowy na mleku owsianym** | Podwieczorek  **Leśny mech ze szpinakiem do słoiczka**  Składniki: śmietanka 30% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, pestki granatu, **jaja** kurze całe, cukier, szpinak, olej rzepakowy, proszek do pieczenia (**pszenica**)  **Leśny mech ze słoiczka bez jajek**  **Leśny mech ze słoiczka bez nabiału**  **Jogurt Vege**  **Kakao**  Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier  **Kakao na mleku migdałowym** | Podwieczorek  **Oponki z serem**  Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, śmietana 18% (z **mleka**), żółtko **jaja** kurzego, cukier, soda oczyszczona, proszek do pieczenia (**pszenica**)  **Racuch z owocami bez jajek**  **Racuch z owocami na mleku roślinnym**  **Winogrona bez pestek** |