

## DIETA BEZMLECZNA - Jadłospis (22-28.01.2024)

Poniedziałek			
Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja II
Kasza manna na rosole 350 ml, Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15 g, Jajko na twardo 1 szt. 50 g, Majonez 10 g, Papryka czerwona 30 g, Kawa zbożowa bez mleka z cukrem 250 ml <b>Kcal; 748,04</b>	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350 ml, Makaron spaghetti 170g, Sos boloński 100g, Kompot owocowy 250 ml, Mandarynka 1 szt. 60 g <b>Kcal; 811,00</b>	Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15 g, Pulpet drobiowy 70 g, Sos pomidorowy 100 ml, Pomidor 40 g, Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 628,15</b>	Sok jabłkowy 300ml Kcal -138
Alergeny:1,3,10	1,6,9	1,3,6,10	

Wtorek			
Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja II
Płatki jęczmieńne na rosole 350 ml, Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15 g, Pasta z wędliny z zieleniną 60 g, Jabłko deserowe 150 g, Kawa zbożowa bez mleka z cukrem 250 ml <b>Kcal; 743,0;</b>	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml, Łopatka wieprzowa pieczona w sosie własnym 70/80 g, Ziemniaki 200 g, Surówka z pora i jabłka 100 g, Kompot Owocowy 250 ml <b>Kcal; 794,39;</b>	Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15 g, Kielbasa szynkowa 40 g, Ogórek kiszony 40 g, Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 509,00;</b>	Galaretki owocowa 150g
Alergeny:1,3,10	1,6,7,9	1,3,6,7,10	

Środa			
Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja II
Makaron na rosole 350 ml, Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15 g, Szynka z koperkiem 40 g, Rzodkiewka tarta 40 g, Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 612,74;</b>	Zupa grochowa 350 ml, Ziemniaki 200 g, Klopsik drobiowy parowany 70 g, Surówka z kapusty pekińskiej 100 g, Kompot owocowy 250 ml <b>Kcal; 790,23;</b>	Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15 g, Paszтет 40 g, Pomidor 30 g, Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 626,05;</b>	Sok pomidorowy 300ml kcal - 66
Alergeny:1,7,10	1,6,9	1,6,7,10	

Czwartek			
Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja II
Kasza kukurydziana na rosole 350 ml, Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Polędwica sopocka 40 g, Pomidor 40 g, Kawa zbożowa bez mleka z cukrem 250 ml <b>Kcal; 669,14</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml, Ryż na sypko 200 g, Potrawka z wołowiny 70/80 g, Surówka wielowarzywna 100 g, Kompot owocowy 250 ml <b>Kcal; 847,01;</b>	Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Pasta drobiowojarzynowa z zieleniną 60 g, Sałata zielona 20 g, Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 484,20;</b>	Banan 120g Kcal -90
Alergeny:1,6,7,10	1,6,9	1,3,7,10	

Piątek			
Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja II
Kasza manna na rosole 350 ml, Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Pasta z jajka z majonezem i szczypiorkiem 60 g, Pomidor 30 g, Kawa zbożowa bez mleka z cukrem 250 ml <b>Kcal; 692,41;</b>	Zupa grysikowa 350 ml, Ziemniaki 200 g, Ryba parowana 60 g, Surówka z selera i jabłka 100 g, Kompot owocowy 250 ml <b>Kcal; 748,81;</b>	Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Dżem truskawkowy 40 g, Szynka zielonogórska 20 g, Ogórek zielony 40 g, Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 562,20;</b>	Sok jabłkowy 300ml kcal - 138
Alergeny:1,3,7,10	1,4,6,9	1,7,10	

Sobota			
Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja II
Płatki kukurydziane na rosole 350 ml Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Kielbasa szynkowa 40g Rzodkiewka tarta 50 g Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 671,14;</b> Alergeny: 1,6,10	Zupa krupnik z ryżem 350 ml Wątróbka drobiowa duszona 100/70 g Ziemniaki 200 g, Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g, Kompot owocowy 250 ml <b>Kcal; 704,13;</b> 1,6,9	Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Kielbasa na gorąco 60 g, Ketchup 20 g, Papryka czerwona 30 g, Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 641,40;</b> 1,6,10	Sok pomidorowy 300ml kcal – 66

NIEDZIELA			
Śniadanie	Obiad	Kolacja	Kolacja II
Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Miód 25 g Salceson 30 g, Jabłko deserowe 150 g, Kakao na wodzie z cukrem 250 ml <b>Kcal; 760,54</b> Alergeny: 1,6,10	Zupa rosół z makaronem 350 ml, Ziemniaki 200 g, Schab gotowany w sosie majerankowym 60/110 g, Surówka z marchewki, selera i jabłka 100 g; Kompot owocowy 250 ml <b>Kcal; 700,92</b> 1,6,9	Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Polędwica z indyka 40 g, Cykorja 30 g Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 582,90</b> 1,6,10	Kisiel 200ml/biszkoport 30g Kcal - 223

### Wykaz alergenów w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
2. Skorupiaki oraz produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne, orzech arachidowe oraz produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne.
8. Orzechy: migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe oraz produkty pochodne.
9. Seler i produkty pochodne.
10. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
11. Dwutlenek siarki i siarczany w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>
12. Łubin i produkty pochodne.
13. Mięczaki i produkty pochodne.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz prawdziwy i ziołowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, cukier waniliowy. Zgodnie z informacjami od producentów mogą zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, soi, selera i gorczycy.