

**DIETA BEZMLECZNA - Jadłospis (23.09.2024 – 29.09.2024)**

<b>Poniedziałek</b>			
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja II</b>
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	

<b>Wtorek</b>			
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja II</b>
Płatki jęczmienne 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, Kiełbasa szynkowa 40 g, Ogórek kiszony 40 g, Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 509,00;</b>	Galaretka owocowa 150g
Alergeny:1,3,10	1,6,7,9	1,3,6,7,10	

<b>Środa</b>			
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja II</b>
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, Pasztet 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	

<b>Czwartek</b>			
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja II</b>
Kasza kukurydziana na rosole 350 ml, Pieczywo mieszane 120 g, Miękką margaryna roślinna 15g, Polędwica sopočka 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 sytko 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	

<b>Piątek</b>			
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja II</b>
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, Miękka margaryna roślinna 15g, Kiełbasa 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, Miękka margaryna roślinna 15g, Kiełbasa 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, Miękka 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, Miękka margaryna roślinna 15g, Polędwica z indyka 40 g, Cykoria 30 g Herbata z cukrem 250 ml <b>Kcal; 582,90</b> 1,6,10	Kisiel 200ml/biszkopt 30g Kcal - 223 1

Oprócz napojów przewidzianych w jadłospisach, należy zapewnić do wszystkich śniadań i kolacji gorzką i słodką herbatę.

#### 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, orzechy 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, bazylika, tymianek, zioła prowansalskie, cukier waniliowy. Zgodnie z informacjami od producentów mogą zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, soi, selera i gorzycy.