

DIETA BEZGLUTENOWA

<i>DATA</i>	<i>ZUPA</i>	<i>II DANIE</i>
<i>Wtorek</i> <i>2/04</i>	Jarzynowa z ziemniakami niezabielana (250 ml) (4)	Makaron bezglutenowy z pesto z warzywami (250g)
<i>Środa</i> <i>3/04</i>	Szczawiowa z ziemniakami (250ml) (4)	Risotto z kurczakiem z warzywami (250g)
<i>Czwartek</i> <i>4/04</i>	Pomidorowa z ryżem niezabielana (250 ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ filet z miruny (80g) / surówka z kiszanej kapusty (70g)
<i>Piątek</i> <i>5/04</i>	Ziemniaczana (250 ml) (4)	Domowe bezglutenowe pierogi z mięsem (3 szt)/ surówka z marchwi (70g)
<i>Poniedziałek</i> <i>8/04</i>	Ryżanka (250ml) (1,4)	Makaron bezglutenowy z sosem bolognese (180g)/ surówka z ogórka kiszonego z kukurydzą (70g)
<i>Wtorek</i> <i>9/04</i>	Jarzynowa z natką pietruszki (250ml) (4)	Kasza gryczana (100g) klopsiki w sosie własnym (80g)/ surówka z buraków (70g)
<i>Środa</i> <i>10/04</i>	Domowy rosół z kury zagrodowej (250 ml) (2,4)	Ryż (100g)/ bioderko z kurczaka w sosie własnym (80g)/ surówka wiosenna (70g)
<i>Czwartek</i> <i>11/04</i>	Parzybroda z ziemniakami (250 ml) (4)	Ziemniaki (100g) kotlet mielony (80g) / surówka z marchwi (70g)
<i>Piątek</i> <i>12/04</i>	Pomidorowa z makaronem niezabielana (250ml) (2,4)	Domowe bezglutenowe pierogi ze szpinakiem (3 szt.)/ surówka (70g)
<i>Poniedziałek</i> <i>15/04</i>	Ryżanka (250ml) (4)	Domowe bezglutenowe kopytka (180g) z sosem myśliwskim/ surówka z marchwi (70g)
<i>Wtorek</i> <i>16/04</i>	Krem marchewkowy (250ml) (1,4)	Ziemniaki (100g)/ rumsztyk z cebulką (80g)/ surówka coleslaw (70g)

DIETA BEZGLUTENOWA

Środa 17/04	Barszcz czerwony z ziemniakami niezabielany (250 ml) (4)	Ryż (100g)/ potrawka z kurczaka (80g) mix sałat z sosem vinegret (70g)
Czwartek 18/04	Ogórkowa z ziemniakami niezabielana (250ml) (4)	Kasza gryczana (100g)/ kotlet mielony (80g) / buraczki na ciepło (70g)
Piątek 19/04	Pomidorowa z ryżem 250 ml	Ziemniaki (100g)/ paluszki rybne (2 szt.) / surówka z kiszanej kapusty (70g)
Poniedziałek 22/04	Brokułowa z kaszą jaglaną (250 ml)	Domowe kartacze z mięsem (3szt)/ surówka z kapusty z koperkiem (70g)
Wtorek 23/04	Koperkowa z ziemniakami (250 ml) (4)	Ziemniaki (80g)/ kotlecik pożarski (80g) / surówka z marchwi (70g)
Środa 24/04	Domowy rosół z kury zagrodowej (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ bioderka z kurczaka (80g) / surówka colesław (70g)
Czwartek 25/04	Tradycyjny krupnik z ziemniakami niezabielana (250 ml) (4)	Kasza gryczana (100g)/ gulasz wieprzowy (80g) surówka z buraczka z jabłkiem (70g)
Piątek 26/04	Jarzynowa z ziemniakami (250 ml) (4)	Makaron bezglutenowy z polewą truskawkową (250g)
Poniedziałek 22/04	Ogórkowa z ryżem (250 ml)	Spaghetti bezglutenowe bolognese (180g)/ogórek kiszony
Wtorek 23/04	Zupa z zielonej fasolki z ziemniakami (250 ml) (4)	Ziemniaki (80g)/ kotlecik mielony (80g) / marchewka z groszkiem (70g)

Poniższa tabela przedstawia najczęściej spotykane alergeny pokarmowe. W celu ułatwienia dla Państwa informacji do każdego alergenu pokarmowego została przypisana cyfra porządkowa, która również została umieszczona w jadłospisie.

Alergeny pokarmowe:

1. Mleko oraz jego przetwory, 2. Gluten, 3. Jajka i produkty pochodne, 4. Seler, 5. Ryby i produkty pochodne, 6. Soja

Wszelkiego rodzaju **wędliny** zgodnie z informacjami od producentów mogą zawierać śladowe ilości : **glutenu, jaj, soi, gorczycy, sezamu.**

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, kwasek cytrynowy, cukier waniliowy.

Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.