

DIETA BEZMLECZNA

DATA	ZUPA	II DANIE
Poniedziałek 02/12	Pomidorowa z ryżem niezabielana (250 ml) (4)	Domowe pierogi z mięsem (3szt) / surówka z ogórka kiszzonego z kukurydzą (70g) (2)
Wtorek 03/12	Brokułowa z makaronem niezabielana (250 ml) (4)	Ziemniaczki (100g)/ rumsztyk z cebulką (80g) / surówka colesław (70g)
Środa 04/12	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami i majerankiem (250ml) (4)	Kasza kus - kus (100g)/ paprykarz z kurczaka z warzywami (150 g) (2)
Czwartek 05/12	Jarzynowa z groszkiem i ziemniakami niezabielana (250 ml) (4)	Kasza pęczak (100g)/ polędwiczki w sosie własnym (150g)/ surówka z marchewki (2)
Piątek 06/12	Ziemniaczana z majerankiem (250ml) (4)	Makaron świderki (100g) z sosem truskawkowym (2,5)
Poniedziałek 09/12	Ogórkowa z ryżem niezabielana (250 ml) (4)	Ryż (100g) / potrawka z kurczaka po meksykańsku z kolorową fasolą (150g)/
Wtorek 10/12	Żurek z ziemniakami niezabielany(250ml) (4)	Ziemniaczki (100g)/ Kotlet pożarski z natką pietruszki (80g)/ buraczki na ciepło (70g)
Środa 11/12	Krupnik z ziemniakami (250 ml)	Makaron świderki (100) z sosem truskawkowym
Czwartek 12/12	Kapuśniak z młodej kapusty (250 ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ bitki wieprzowe (80g) w sosie własnym/ surówka z marchewki z porem z oliwą (70g)
Piątek 13/12	Zacierkowa z ziemniakami (250ml) (4)	Domowe pierożki ze szpinakiem (3szt) Surówka z czerwonej kapusty
Poniedziałek 16/12	Kalafiorowa z ryżem niezabielana (250 ml) (4)	Spaghetti (100g) bolognese z warzywami (150 ml) (2)
Wtorek 17/12	Barszcz czerwony z ziemniakami niezabielany (250 ml) (4)	Ziemniaczki (100g)/ kotlet mielony (80g) / buraczki na ciepło (70g)
Środa 18/12	Ogórkowa z ziemniakami niezabielana (250 ml)(4)	Ryż (100g) / udzik z kurczaka (90g) /marchewka z groszkiem (70g) (2)
Czwartek 19/12	Koperkowa z ziemniakami niezabielana (250 ml) (4)	Kasza pęczak (100g)/ gulasz wieprzowy z warzywami (150g) (2)
Piątek 20/12	Pomidorowa z ryżem niezabielana (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ filet z miruny (80g) / surówka z kiszonej kapusty (70 g) (2,5)

DIETA BEZMLECZNA

Poniedziałek 23/12	Ogórkowa z ryżem niezabielany (250 ml) (4)	Makaron farfalle (100g) / sos pomidorowy z warzywami (150g)
Wtorek 24/12	Barszczyk czerwony z ziemniakami (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ filet z miruny (80g) / surówka z kiszonej kapusty (70g) (1,2,3)
Piątek 27/12	Pomidorowa z makaronem niezabielana (250ml) (4)	Rissotto z kurczakiem i warzywami (250g) Kompot owocowy (150ml) (1,2,3)
PONIEDZIAŁEK 30/12	Ryzanka (4)	Makaron świderki z polewą owocową (250g) (2)
WTOREK 31/12	Kalafiorowa z ziemniakami niezabielana (250ml) (4)	Kasza kus-kus (100g)/ strogonow z warzywami w sosie pomidorowym (150g) (2)

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.