

DIETA BEZGLUTENOWA

DATA	ZUPA	II DANIE
Poniedziałek 02/06	Ryżanka niezabielana (250 ml) (4)	Makaron bezglutenowy świderki z polewą truskawkową (250g)
Wtorek 03/06	Ogórkowa z ziemniakami niezabielana 250 ml (4)	Ziemniaczki (100g)/ rumszyk wieprzowy z cebulką (80g) / surówka coleslaw (70g)
Środa 04/06	Barszcz ukraiński ziemniakami niezabielany (250 ml) (4)	Ryż (100g) / filet z kurczaka a'la nuggetsy (80g)/ surówka z marchwi (70g)
Czwartek 05/06	Kalafiorowa z ziemniakami niezabielana (250ml) (4)	Kasza gryczana (100g)/ pulpeciki wieprzowe w sosie paprykowym (80g)/ surówka wiosenna (70g)
Piątek 06/06	Pomidorowa z makaronem bezglutenowym niezabielana (250ml)	Pierogi bezglutenowe własnego wypieku ze szpinakiem z okrasą z cebulki (3 szt.)/ surówka z ogórka kiszzonego z kukurydzą (70g)
Poniedziałek 9/06	Jarzynowa z makaronem niezabielana (250 ml) (2,4)	Kartacze z mięsem własnego wyrobu (2 szt.)/ surówka z białej młodej kapusty (70g)
Wtorek 10/06	Tradycyjny krupnik domowy z ziemniakami (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ kotleciki wieprzowe (80g)/ marchewka z groszkiem na ciepło (70g)
Środa 11/06	Wiosenna z ziemniakami niezabielana (250ml) (4)	Ryż (100g) kurczak w sosie słodko – kwaśnym z warzywami (150g)
Czwartek 12/06	Brokułowa z ziemniakami niezabielana (250 ml)	Kasza gryczana (100g)/ gulasz wieprzowy (80g)/ surówka z buraczków z jabłkiem (70g)/

DIETA BEZGLUTENOWA

Piątek 13/06	Ziemniaczana z tymiankiem (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ filet z miruny panierowany z pieca (80g)/ surówka z kiszonej kapusty (70g) (5)
Poniedziałek 16/06	Koperkowa z kaszą jagłą niezabielana (250ml) (4)	Makaron bezglutenowy spaghetti z sosem bolognese z warzywami i ze świeżą bazylią (250g)
Wtorek 17/06	Kalafiorowa z ziemniakami niezabielana (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ pierś z kurczaka panierowana (80g)/ surówka z buraczka z jabłkiem (70g)
Środa 18/06	Parzybroda z ziemniakami (250 ml) (4)	Kasza gryczana (100g) /szynka wieprzowa duszona w sosie własnym (70g) surówka z kapusty pekińskiej z warzywami (70g)
Czwartek 19/06	BOŻE CIAŁO	BOŻE CIAŁO
Piątek 20/06		Menu będzie podane w późniejszym terminie
Poniedziałek 23/06	Pomidorowa z makaronem niezabielana (250ml) (4)	Makaron bezglutenowy świderki z polewą ze świeżych truskawek (250g)
Wtorek 24/06	Barszcz ukraiński z ziemniakami niezabielana (250 ml) (4)	Pierogi bezglutenowe z mięsem własnego wyrobu (3 szt.)/ surówka z kiszonego ogórka z kukurydzą (70g)
Środa 25/06	Ziemniaczana z natką pietruszki (250 ml)	Spaghetti bolognese w sosie pomidorowym z warzywami i świeżą bazylią (250g)

DIETA BEZGLUTENOWA

Czwartek 26/06	Jarzynowa z ziemniakami niezabielana (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ kotlet pożarski z natką pietruszki (80g)/ surówka z marchwi (70g)
Piątek 27/06	Ogórkowa z ryżem niezabielana (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ paluszki rybne z miruny (2 szt.)/ surówka z kiszanej kapusty (70g) (5)
Poniedziałek 30/06	Szczawiowa z ryżem niezabielana (250ml) (4)	Kopytka własnego wyrobu z okrasą z szynki wiejskiej i z cebulką (250g)

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.