

JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY 3

Dla dzieci na diecie bezglutenowej, bezmlecznej

DZIEŃ TYGODNIA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	<p>BEZMLECZNE: GRANOLA OWOCOWA Z MLEKIEM ROŚLINNYM, JABŁKO <i>Alergeny: gluten (1) orzechy (8) soja (6)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: PŁATKI KUKURYDZIANE Z MLEKIEM, JABŁKO <i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>BEZMLECZNE: KANAPKA Z MASŁEM ROŚLINNYM, SERKIEM WEGAŃSKIM, POMIDOREM, OGÓRKIEM KISZONYM <i>Alergeny: gluten (1)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: KANAPKA BEZGLUTENOWA Z MASŁEM, PASTĄ SEROWĄ Z ŻÓŁTEGO SERA, POMIDOREM I OGÓRKIEM KISZONYM <i>Alergeny: mleko (7) jajko (3)</i></p>	<p>I DANIE: KAPUŚNIACZEK <i>(wywar jarzynowy, ziemniaki, cebula, kapusta kiszona, czosnek, pieprz, napar z ziela angielskiego i liście laurowego, Smak Natury, majeranek)</i> <i>Alergeny: seler (9)</i></p> <p>II DANIE: GNOCCHI, KAŚKI WIEPRZOWE, BURACZKI <i>(połędwiczka wieprzowa, sól, pieprz, papryka, majeranek, cebula, czosnek, ziemniaki, mąka ziemniaczana, buraki gotowane, sól, cukier, olej)</i></p>	<p>BEZMLECZNE: KALAREPA Z DIPEM Z HUMUSU I SUSZONYCH POMIDORÓW <i>Alergeny: sezam (11)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: KALAREPA Z DIPEM Z SERKA POMIDOROWEGO <i>Alergeny: mleko (7)</i></p>
WTOREK	<p>BEZMLECZNE: CHLEB MIESZANY, MASŁO ROŚLINNE, KIEŁBASA PODSUSZANA, SZYNKA WIEPRZOWA, SEREK ROŚLINNY, SAŁATA LODOWA, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, PAPRYKA, HERBATA OWOCOWA <i>Alergeny: jaja (3) gluten (1) gorczyca (10)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: CHLEB BEZ GLUTENU, MASŁO, KIEŁBASA PODSUSZANA, SZYNKA WIEPRZOWA, SER GOUDA, SAŁATA LODOWA, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, PAPRYKA, HERBATA OWOCOWA <i>Alergeny: mleko (7) gorczyca (10)</i></p>	<p>BEZMLECZNE: KOKTAJL OWOCOWY NA MLEKU OWSIANYM Z MASŁEM ORZECHOWYM SŁODZONYM MIODEM <i>Alergeny: mleko (7) orzechy (8)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: KOKTAJL OWOCOWY NA KEFIRZE SŁODZONYM MIODEM <i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>I DANIE: KREM Z SELERA <i>(mleczko kokosowe, seler)</i> <i>Alergeny: seler (9)</i></p> <p>II DANIE: UDZIEC DROBIOWY W SOSIE WŁASNYM ZAGĘSZCZONY MĄKĄ BEZGLUTENOWĄ, ZIEMNIAKI, SURÓWKA BAŁKAŃSKA <i>(podudzie z kurczaka bez kości, sól, pieprz, mąka bezglutenowa krakowska, papryka, olej, majeranek, czosnek, ziemniaki, kapusta pekińska, kukurydza, ogórki konserwowe, cukier)</i> <i>Alergeny: -</i></p>	<p>BEZMLECZNE: CHLEBEK WASA ZE SMALCZYKIEM WEGAŃSKIM I KIEŁKAMI <i>Alergeny: gluten (1)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: CHLEBEK WASA KUKURYDZIANY Z TWAROŻKIEM I KIEŁKAMI <i>Alergeny: mleko (7)</i></p>
ŚRODA	<p>BEZMLECZNE: HOT-DOG NA BUŁCE Z ZIARNAMI Z PARÓWKĄ DROBIOWĄ I KETCHUPEM ŁAGODNYM, RZODKIEWKI, MASŁO ROŚLINNE <i>Alergeny: mleko (7) gorczyca (10) orzechy (8) gluten (1)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: HOT-DOG NA BUŁCE BEZGLUTENOWEJ Z PARÓWKĄ DROBIOWĄ I KETCHUPEM ŁAGODNYM, RZODKIEWKI, MASŁO <i>Alergeny: gorczyca (10) orzechy (8) mleko (7)</i></p>	<p>BEZMLECZNE: SAŁATKA GRECKA Z GRZANKAMI I KURCZAKIEM WĘDZONYM <i>Alergeny: gorczyca (10) gluten (1)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: SAŁATKA GRECKA Z BEZGLUTENOWYMI GRZANKAMI I SEREM SAŁATKOWYM <i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>I DANIE: GROCHÓWKA <i>(groch, boczek, marchew, ziemniaki, pietruszka, cebula, seler, sól, pieprz, olej, czosnek)</i> <i>Alergeny: seler (9)</i></p> <p>II DANIE: PANKEJKI BEZGLUTENOWE Z FRUŻELINĄ OWOCOWĄ <i>(jaja, mąka bezglutenowa, woda, cukier, owoce)</i> <i>Alergeny: jaja (3)</i></p>	<p>BEZMLECZNE: DESER Z CHIA NA MELKU KOKOSOWYM Z MUSEM BRZOSKWINIOWYM I PŁATKAMI MIGDAŁÓW <i>Alergeny: orzechy (8)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: SERNIK NA ZIMNO Z MUSEM BRZOSKWINIOWYM I PŁATKAMI MIGDAŁÓW <i>Alergeny: mleko (7) orzechy (8)</i></p>
CZWARTEK	<p>BEZMLECZNE: OWSIANKA NA MLEKU OWSIANYM Z BANANEM <i>Alergeny: -</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: OWSIANKA BEZGLUTENOWA NA MLEKU Z BANANEM <i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>BEZMLECZNE: JAJECZNICA SMAŻONA NA OLEJU ROŚLINNYM Z SZYNKĄ, SZCZYPIORKIEM I KIEŁKAMI, CHLEB MIESZANY, MASŁO ROŚLINNE, KAKAO NA MLEKU OWSIANYM <i>Alergeny: gluten (1) jajka (3) soja (6) gorczyca (10)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: JAJECZNICA Z SZYNKĄ, SZCZYPIORKIEM I KIEŁKAMI, CHLEB BEZGLUTENOWY, MASŁO, KAKAO <i>Alergeny: mleko (7) jajka (3) gorczyca (10)</i></p>	<p>I DANIE: ROSÓŁ Z MAKARONEM BEZGLUTENOWYM <i>(kura rosółowa, kurczak, marchew, pietruszka korzeń, seler, por zapiekany, sól, pieprz, lubczyk, przyprawa Smak Natury)</i> <i>Alergeny: seler (9), jaja (3)</i></p> <p>II DANIE: SOS POTRAWKOWY ZAGĘSZCZONY MĄKĄ BEZGLUTENOWĄ, KURCZAK, RYŻ, MARCHEWKA Z GROSZKIEM <i>Alergeny: seler (9)</i></p>	<p>BEZMLECZNE: KANAPKI Z MASŁEM, WĘDLINĄ DROBIOWĄ, PASTĄ JAJECZNĄ I POMIDOREM <i>Alergeny: gluten (1) jaja (3)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: KANAPKI BEZGLUTENOWE Z MASŁEM, ŻÓŁTYM SEREM, PASTĄ JAJECZNĄ I POMIDOREM <i>Alergeny: mleko (7) jaja (3)</i></p>
PIĄTEK	<p>BEZMLECZNE: BUŁKA Z NASIONAMI Z MASŁEM ROŚLINNYM, SERKIEM ROŚLINNYM OLIWKOWO-KAPAROWYM I SZYNKĄ DROBIOWĄ <i>Alergeny: gluten (1)</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: BUŁKA Z NASIONAMI BEZGLUTENOWA Z MASŁEM, SERKIEM OLIWKOWO-KAPAROWYM I ŻÓŁTYM SEREM GOUDA <i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>BEZMLECZNE: MELON, KAKAO NA MLEKU ROŚLINNYM SŁODZONE MIODEM <i>Alergeny: -</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: MELON, KAKAO SŁODZONE MIODEM <i>Alergeny: mleko (7)</i></p>	<p>I DANIE: POMIDOROWA Z RYŻEM <i>(wywar warzywny, koncentrat pomidorowy, cebula, sól pieprz, cukier, ryż)</i> <i>Alergeny: seler (9)</i></p> <p>II DANIE: ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANO-WARZYWNA Z SEREM ROŚLINNYM <i>(ziemniaki, kalafior, brokuł, ser wegański, olej kokosowy, śmietanka roślinna)</i> <i>Alergeny: -</i></p>	<p>BEZMLECZNE: GRUSZKA, WAFLE RYŻOWE, BAWARKA NA MLEKU ROŚLINNYM <i>Alergeny: -</i></p> <p>BEZGLUTENOWE: GRUSZKA, WAFLE RYŻOWE, BAWARKA <i>Alergeny: -</i></p>

Do potraw, w których nie ma napoju podawana jest woda źródlana 200 ml na osobę. Alergeny wymienione w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 1169/2011 podane zostały w nawiasach: gluten (1), skorupiaki (2), jaja (3), ryby (4),

orzeszki ziemne (5), soja (6), mleko (7), orzechy (8), seler (9), gorczyca (10), sezam (11), dwutlenek siarki i siarczany (12), lubin (13), mięczaki (14). * Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. produkty z mięsa) mogą

zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczyczy.

Gramatura oraz kaloryczność posiłków zamieszczona jest na stronie internetowej Przedszkola

