

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

12.10.2026

Śniadanie	Chleb z masłem, pasta ze śledzia w pomidorach z ogórkiem, jajkiem, herbata z cytryną, śliwka. alergeny 1,3,4,7
Obiad	Zupa cebulowa po cygańsku z ziemniakami zabelana Pancakes z bananem, borówka, kompot. alergeny 1,3,7,9
Podwieczorek	Jogurt owocowy do picia, flipsy. alergeny 1,7

Wtorek

13.10.2026

Śniadanie	Francuz z masłem, talerzyk biesiadny(szynka, ser żółty, papryka, rzodkiewka) herbata z mlekiem. alergeny 1,3,7
Obiad	Zupa krem z zielonego groszku z mleczkiem kokosowym i grzankami Kotlet mielony, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej, kompot. alergeny 1,3,7,9
Podwieczorek	Galaretka z bitą śmietaną. alergeny 7

Środa

14.10.2026

Śniadanie	Chleb graham z masłem, pasztet z ogórkiem kiszonym, kawa zbożowa gruska. alergeny 1,3,7
Obiad	Zupa kalafiorowa z grysikiem Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym i śmietaną, kompot. alergeny 1,3,7,9
Podwieczorek	Babka piaskowa, sok jabłkowy. alergeny 1,3,7

Czwartek

15.10.2026

Śniadanie	Chleb orkiszowy z masłem, twarożek z czosnkiem, herbata owocowa papryka do chrupania. alergeny 1,3,7
Obiad	Rosół z makaronem Gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, surówka z marchewki, kompot. alergeny 1,3,7,9
Podwieczorek	Jogurt naturalny z płatkami i brzoskwinia. alergeny 1,7

Piątek

16.10.2026

Śniadanie	Chleb słonecznikowy z masłem, powidła śliwkowe, kakao sok owocowo-warzywny. alergeny 1,3,7
Obiad	Zupa krem z ciecierzycy z prażonym słonecznikiem i mleczkiem kokosowym Dorsz, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej, kompot. alergeny 1,3,4,7,9
Podwieczorek	Wafle ryżowe w polewie malinowej, 1/2 jabłka. alergeny 1,7

SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI. Numer alergenu - nazwa alergenu. 1 Zboża zawierające gluten(pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne. 2 Skorupiaki oraz produkty pochodne. 3 Jajka i produkty pochodne. 4 Ryby i produkty pochodne. 5. Orzechy (ziemne, arachidowe) oraz produkty pochodne. 6, Soja i produkty pochodne. 7 Mleko i produkty pochodne. 8 Orzech (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowce, brazylijskie, pistacje) 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 SO₂. 12 Łubin i produkty pochodne. 13 Mięczaki i produkty pochodne.
DO PRZYGOTOWANIA POŚIŁKÓW UŻWANE SĄ PRZYPRAWY pieprz prawdziwy i ziołowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, cukier waniliowy. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy. W SKŁAD WYWARÓW DO ZUP WCHODZI: mięso rosółowe indycze, kości wieprzowe, szponder, kości wędzone, boczek wędzony oraz świeże warzywa: marchewka, pietruszka, seler, por. PODAJEMY DO PICIA WODĘ MINERALNĄ NA BIEŻĄCO