**JADŁOSPIS 06.11.2023 –10.11.2023**

**DIETA BEZ MLEKA**

**DIETA BEZ JAJ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***DATA*** | ***ŚNIADANIE*** | ***ZUPA***  | ***OBIAD+ DESER*** |
| **06.11.2023**poniedziałek  | - Pieczywo orkiszowe **(zawiera gluten żyto)** 40g z masłem **(zawiera mleko)** 5g wędlina wieprzowa 15g papryka, szczypiorek-Mleko roślinne do picia 200ml | -Barszcz czerwony z tuczonymi ziemniakami **(zawiera seler)** 250ml | -Makaron z zielonym pesto z pestkami słonecznika **(zawiera gluten pszenica)** 150g -Pomidorki koktajlowe 35g -Napar rumiankowy 250ml-Mus z gruszek, jabłek i marchewki 100g |
| **07.11.2023**wtorek | -Płatki gryczane na mleku roślinnym 180ml- Pieczywo codzienne (**zawiera gluten pszenica, żyto)** 40g z masłem roślinnym 5g dżem z truskawek 15g- Herbata z aronii 200ml  | - Zupa z cieciorką i natką pietruszki **(zawiera seler, gluten pszenica)** 250ml | -Kotlet mielony z mięsa wieprzowego 60g **(zawiera gluten pszenica)**-Ziemniaki w całości 150g -Sałatka z buraków i cebuli 120g -Napar miętowy 250ml-Banana 35g |
| **08.11.2023**środa | -Kasza kukurydziana na mleku roślinnym 180ml- Pieczywo razowe 40g **(zawiera gluten pszenica, żyto)**z masłem roślinnym 5g pasta z tuńczyka i ogórka kiszonego **(zawiera ryba)** 15gkiełki, rzodkiewka-Herbata z granata 200ml | - Zupa szczawiowa z ryżem **(zawiera seler)** 250ml  | -Sos warzywny (marchew, pietruszka, seler) z papryką, kukurydzą i groszkiem **(zawiera seler, gluten pszenica)** 120g -Kopytka 120g **(zawiera gluten pszenica)**-Papryka 35g-Napar rumiankowy 200ml  |
| **09.11.2023**czwartek | -Mleko rośłinne z płatkami jaglanymi 180ml -Pieczywo z makiem **(zawiera gluten pszenica, żyto)**30g**,** masło roślinne 5g wędlina drobiowa 15gpomidor, roszponka-Herbata pigwa z pomarańczą 200 ml | -Zupa ziemniaczana z boczkiem i natka pietruszki **(zawiera seler)** 250ml | -Udziec z indyka w sosie własnym 60g/100g -Kasza gryczano jęczmienna gotowana na sypko **(zawiera gluten)**150g -Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g-Kompot z porzeczki i jabłek 200ml-Jabłko 35g  |
| **10.11.2023**piątek | -Sałatka z szynki konserwowej, kukurydzy, groszku i ananasa z jogurtem naturalnym**(zawiera)** - Pieczywo żytnie ze słonecznikiem **(zawiera gluten żyto)** 40gz masłem roślinnym 5g, papryka, rukola  -Kawa inka na mleku roślinnym **(zawiera gluten jęczmień)** 200 ml | - Zupa z brokułami z kaszą jaglaną i natką pietruszki **(zawiera seler)** 250ml | -Ryba gotowana **(zawiera ryba)**60g-Ziemniaki 150g -Marchewka z groszkiem w sosie własnym **(zawiera mleko, gluten pszenica)** 120g-Napar rumiankowy 200ml-Galaretka owocowa 100g  |

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wymienionych alergenów: zboża zawierając gluten, soję, mleko, seler, gorczycę, dwutlenek siarki, nasiona sezamu, orzechy.

**\* Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011.**

**Dla dzieci z alergią pokarmową i nietolerancją niektórych produktów spożywczych, przygotowywane są posiłki takie same lecz z artykułów spożywczych, które są dozwolone w ich dieta**