**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)** 15g  kiełki, 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 15g  pomidor, 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)** 40g  z 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**