

# JADŁOSPIS BEZGLUTENOWY - TYDZIEŃ KUCHNI AMERYKAŃSKIEJ

		ŚNIADANIE	OBIAD	SKŁAD POSIŁKÓW	PODWIECZOREK
Poniedziałek	20. 05. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, szynka wieprzowa, ogórki kiszane, kakao lub herbata z dzikiej róży (1a, 1b, 1e, 7)	Amerykańska zupa dyniowa z suszoną żurawiną (9)	Dynia, ziemniaki, cebula, szczypiorek imbir, bulion (marchew, seler, korzeń pietruszki, por), pomarańcze żurawina, oliwa, przyprawy	Banany, mleko, woda mineralna (7)
			Kurczak po hawajsku z ananasem, ryż (7) Wege- bataty z ananasem po hawajsku	Mięso z piersi kurczaka, ananas, cebula, mleko, skrobia kukurydziana, ryż, przyprawy, olej do smażenia	
			Surówka marchewkowa z pomarańczą	Marchew, sok z pomarańczy, miód, mięta, cynamon, przyprawy	
			Kompot z porzeczek lub woda mineralna		
Wtorek	21. 05. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, powidła śliwkowe, zupa mleczna owsianka, jabłka, kakao lub herbata z dzikiej róży (1a, 1b, 1e, 7)	Amerykańska zupa serowa z grzankami (1a, 1b, 1e, 7, 9)	Bulion (marchew, seler, korzeń pietruszki, por), ser, cebula, czosnek, natka pietruszki, dymka, grzanki zbożowe, przyprawy	Serek homogenizowany, jabłko, woda mineralna (7)
			Kurczak Gumbo z Luizjany, ziemniaki purre (1a, 7, 9) Wege- sznyceł z jackfruita alla Gumbo z Luizjany	Filetowane udo z kurczaka, cebula, seler naciowy, czosnek, krojone pomidory, cukinia, bulion warzywny, natka, ziemniaki, masło, mleko, przyprawy, olej rzepakowy	
			Surówka colesław	Kapusta biała, chrzan, natka, przyprawy, olej rzepakowy	
			Kompot z wiśni i agrestu lub woda mineralna		
Środa	22. 05. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, polędwica parzona, ser żółty, ogórki kiszane, kakao lub herbata z dzikiej róży (1a, 1b, 1e, 7)	Zupa gulaszowa z Kansas (9) Wege- bez mięsa	Marchew, seler naciowy, fasolka szparagowa, kukurydza, ziemniaki, pomidory krojone, cebula, czosnek, masło, mąka pszenna, wołowina gotowana, przyprawy, olej rzepakowy	Chrupki lub wafle, jabłko, woda mineralna
			Pancakes czyli amerykańskie naleśniki z sosem śmietanowo serowym i syropem klonowym (1a, 6, 7)	Mąka pszenna, jaja, maślanka, proszek do pieczenia, soda, 30% śmietana, serek śmietankowy, syrop klonowy, olej do smażenia	
			Frużelina z wiśni i truskawek	Wiśnie, truskawki, skrobia ziemniaczana	
			Kompot z jabłek i czarnych porzeczek lub woda mineralna		
Czwartek	23. 05. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, schab parzony, pasta jajeczna, ogórki zielone, kakao lub herbata z dzikiej róży (1a, 1b, 1e, 7)	Southwestern Corn Soup- zupa kukurydziana z południowych stanów (1a, 9)	Kukurydza, bulion drobiowy (marchew, seler, korzeń pietruszki, por), ziemniaki, zielona papryka, cebula, czosnek, ser żółty, 18% śmietana, masło, przyprawy	Kaszka z sosem truskawkowym, gruszki, woda mineralna (1a, 7)
			Burgery wołowe w bułce pszennej, z sezamem, sos barbecue (1a, 3, 11)	Mięso wołowe, bułka pszenna z sezamem, majonez, sos barbecue, przyprawy, olej rzepakowy	
			Warzywa do burgera	Sałata, ogórek, pomidor, cebula	
			Kompot z czerwonych porzeczek i wiśni lub woda mineralna		
Piątek	24. 05. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, jajko gotowane, ser żółty, pasta z tuńczyka, pomidory, kakao lub herbata z dzikiej róży (1a, 1b, 1e, 7)	Amerykańska zupa kukurydziano- kaparowa z popcornem (7, 9)	Kukurydza, kapary, masło, 30% śmietana, bulion warzywny, popcorn, przyprawy	Jogurt owocowy, jabłko, woda mineralna (7)
			Moc and Cheese- makaron z serem (1a, 3, 7)	Makaron kolanka, pieczarki, masło, mleko, mąka pszenna, czosnek, rozmaryn, papryczka chili, pomidorki koktajlowe, bazylija, przyprawy	
			Surówka wielowarzywna z sosem winegret (10)	Kapusta młoda, pomidory, sałata, ogórki, cebula, marchew, jabłka, chrzan, cytryna, miód, musztarda, zioła, przyprawy, olej rzepakowy	
			Kompot z czerwonych porzeczek lub woda mineralna		



- 1a. Produkt zawiera gluten  
a-pszenny  
b-żytni  
c-jęczmienny  
d-owsiany  
e-orkiszowy  
f-kamut
- Legenda alergenów
5. Produkt zawiera orzeszki ziemne arachidowe  
6. Produkt zawiera soję  
7. Produkt zawiera mleko  
8. Produkt zawiera orzechy z drzew:  
a-migdały, b-laskowe, c-włoskie, d-nerkowca, e-pekan,  
f-brazylijskie, g-pistacjowe, h-makadama, i-queensland  
9. Produkt zawiera seler  
10. Produkt zawiera gorczycę  
11. Produkt zawiera nasiona sezamu  
12. Produkt zawiera dwutlenek siarki  
13. Produkt zawiera lubin  
14. Produkt zawiera mączczaki

Intendent: Jolanta Kowalewska