**Jadłospis na okres 10-28 lutego 2020 r.**

|  |  |
| --- | --- |
| Poniedziałek  10.02.20 | Barszcz czysty (300 g) z uszkami (farsz mięsny - 150 g); pomarańcza  ((wywar mięsno-warzywny – porcja rosołowa drobiowa, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, buraki ćwikłowe, sok z buraków 100 %, uszka z mięsem (mąka **pszenna, jaja**)**,** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk, koper, kwasek cytrynowy, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek)) |
| Wtorek  11.02.20 | Ryż (150 g), filet drobiowy pieczony (80 g) w sosie koperkowym (100 g), sałatka z pomidora i ogórka kiszonego (80 g) (ryż biały, filet z kurczaka, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, koper świeży, śmietana 18 % z **mleka**, masło z **mleka**, sałatka: pomidor, ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)) |
| Środa  12.02.20 | Łazanki z kapustą (300 g); soczek wieloowocowy 100 % (200 ml)  ((makaron (mąka **pszenna**), kapusta biała, masło z **mleka**, cebula, olej rzepakowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, czosnek, zioła) |
| Czwartek  13.02.20 | Ziemniaki puree (200 g), pieczony mielony drobiowy (80 g), surówka z marchwi i brzoskwiń (80 g)  ((ziemniaki, masło z **mleka**, koper, mięso mielone drobiowe, mięso mielone z fileta, **jaja,** bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), bułka tarta (mąka **pszenna**), cebula, czosnek, olej rzepakowy, surówka: marchew, brzoskwinie w syropie, olej rzepakowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy)) |
| Piątek  14.02.20 | Ziemniaki puree (200 g), pieczona miruna w panierce (80 g), surówka z buraków i jabłek (80 g)  (ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z miruny **(ryba),** mąka **pszenna**, **jaja**, bułka tarta (mąka **pszenna),** olej rzepakowy uniwersalny, surówka: buraki ćwikłowe, jabłka, cebula, olej rzepakowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, zioła) |
| Poniedziałek  17.02.20 | Makaron z twarogiem (300 g), banan  (makaron (mąka **pszenna, jaja**), twaróg półtłusty z **mleka**, masło z **mleka**, cukier waniliowy, cukier kryształ, cynamon) |
| Wtorek  18.02.20 | Puree ziemniaczane (200 g) pieczony kotlet drobiowy w panierce (80 g), surówka z selera, jabłek  i ananasów z jogurtem greckim (80 g)  ((ziemniaki**,** masło z **mleka,** koper, kotlet: filet z kurczaka, mąka **pszenna, jajko**, **mleko,** bułka tarta (mąka **pszenna)**, olej rzepakowy, surówka: **seler**, jabłko, ananas w syropie, jogurt grecki z **mleka**; przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, przyprawy naturalne, zioła)) |
| Środa  19.02.20 | Ryż z groszkiem (150 g), pieczony udziec drobiowy (130-150 g), surówka z kapusty pekińskiej (80 g)  ((ryż biały, masło z **mleka**, groszek zielony konserwowy, udziec z kurczaka, surówka: kapusta pekińska, pomidor, ogórek zielony, papryka żółta, cebula czerwona, kukurydza konserwowa, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, przyprawy naturalne, zioła) |
| Czwartek  20.02.20 | Ziemniaki z wody (200 g), bitka wp. ze schabu w sosie własnym (175 g), bukiet warzyw (100 g)  ((ziemniaki, schab wp., olej rzepakowy, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, cebula, śmietana 18 % z **mleka**, masło z **mleka**, warzywa mrożone: kalafior, brokuł, masło z **mleka**, marchew – plastry, , przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)) |
| Piątek  21.02.20 | Ziemniaki puree (200 g), smażony sznycelek z mintaja i dorsza (80 g), kapusta gotowana (100 g)  ((ziemniaki, masło z **mleka**, filet z mintaja/dorsza (**ryba)**, **jaja,** bułka pszenna (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), bułka tarta (mąka **pszenna**), kasza manna (**pszenica**), olej rzepakowy, kapusta gotowana: kapusta kiszona, cebula, marchew, mąka **pszenna**, masło z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa zioła)) |
| Poniedziałek  24.02.20 | Żurek z jajkiem i kiełbasą (450 g), bułka graham (50 g) ((żur naturalny - mąka **żytnia**, barszcz biały - mąka **żytnia,** cebula, **jajko,** śmietana 18 % **z mleka**, bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni),** mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, czosnek)) |
| Wtorek  25.02.20 | Ziemniaki puree (200 g), smażony sękacz drobiowy (100 g), ćwikła (80 g)  ((ziemniaki, masło z **mleka**, koper, sękacz: filet drobiowy z kurczaka**, jajka**, mąka ziemniaczana, pieczarka, papryka czerwona, ćwikła: buraki ćwikłowe, chrzan tarty (**mleko w proszku),**przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, przyprawy naturalne, zioła) |
| Środa  26.02.20 | Spaghetti drobiowe (350 g)  ((makaron spaghetti (mąka **pszenna)**, filet drobiowy z kurczaka, olej rzepakowy, pomidory pasteryzowane, sok pomidorowy  100 %, kukurydza konserwowa, cebula, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, masło z **mleka,** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, czosnek, bazylia, oregano) |
| Czwartek  27.02.20 | Ziemniaki puree (200 g), bigos (180 g)  (ziemniaki, masło z **mleka**, kapusta kiszona, łopatka wieprzowa, kiełbasa toruńska wieprzowa, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy 30 %, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła) |
| Piątek  28.02.20 | Ziemniaki puree (200 g), pieczona miruna w panierce (80 g), mix sałat z warzywami (80 g)  ((ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z miruny **(ryba),** mąka **pszenna**, **jaja**, bułka tarta (mąka **pszenna),** olej rzepakowy, surówka: kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła))surówka: mix sałat, pomidor, ogórek zielony, papryka żółta, cebula czerwona, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, zioła)) |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **\* Jadłospis może ulec zmianie**  **\* W nawiasach podano przybliżoną wagę 1 porcji talerzowej (g) posiłku** | | **\* Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r.w sprawie przekazywania konsumentom informacjina na temat żywności w jadłospisie wytłuszczonym drukiem wyróżniono składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji**  **/-/ /-/**  **Intendent Kierownik Gminnej Jednostki**  **Usług Komunalnych w Bobowej**  **mgr Sabina Ligęzowska mgr Dorota Popiela** | |  | |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |