**Jadłospis na okres 14-25 października 2019 r.**

|  |  |
| --- | --- |
| Poniedziałek  14.10.19 | Makaron z twarogiem (300 g), banan  (makaron (mąka **pszenna, jaja**), twaróg półtłusty z **mleka**, masło z **mleka**, cukier waniliowy, cukier kryształ, cynamon) |
| Wtorek  15.10.19 | Ziemniaki puree (200 g), pieczony kotlet drobiowy w panierce (80 g), mizeria (80 g) ((ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z kurczaka, mąka **pszenna, jajko**, **mleko,** bułka tarta (mąka **pszenna)**, olej rzepakowy, ogórek zielony, jogurt naturalny 3 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, zioła)) |
| Środa  16.10.19 | Kasza jęczmienna (150 g), pieczeń wp. ze schabu w sosie własnym (175 g), surówka z kapusty czerwonej  (80 g)  ((kasza **jęczmienna**, schab wp., olej rzepakowy, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, cebula, śmietana 18 % z **mleka**, masło z **mleka**, kapusta czerwona, jabłko, jogurt grecki z **mleka**, musztarda (**gorczyca**), przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy)) |
| Czwartek  17.10.19 | 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  18.10.19 | Ziemniaki puree (200 g), smażony sznycelek z mintaja (80 g), sałatka z buraków i jabłek (80 g)  ((ziemniaki, masło z **mleka**, koper, filet z mintaja (**ryba)**, **jaja,** bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), mąka ziemniaczana, kasza manna (**pszenica**), bułka tarta (mąka **pszenna**), olej rzepakowy, buraki ćwikłowe, jabłka, cebula, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, liść laurowy, ziele angielskie)) |
| Poniedziałek 21.10.19 | Gulasz wp. z szynki po meksykańsku (150 g) z kaszą jęczmienną grubą (150 g) i bukietem warzyw (100 g)  (( kasza **jęczmienna,** szynka wp., olej rzepakowy, fasola czerwona konserwowa, papryka czerwona, ketchup łagodny, cebula, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, bukiet warzyw (marchew czerwona, marchew żółta, cukinia – plastry, brokuł, kalafior), masło z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)) |
| Wtorek  22.10.19 | Ziemniaki puree (200 g), pieczony mielony drobiowy (80 g), marchew duszona (100 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, marchew, groszek zielony mrożony, masło z **mleka,** mąka **pszenna:** pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy)) |
| Środa  23.10.19 | Ryż (150 g), filet drobiowy pieczony w sosie koperkowym (180 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**, pomidor, ogórek kiszony, cebula, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)) |
| Czwartek  24.10.19 | Spaghetti drobiowe (350 g)  ((makaron spaghetti (mąka **pszenna, jaja**), 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) |
| Piątek  25.10.19 | Ziemniaki puree (200 g), miruna pieczona w panierce (80 g), kapusta gotowana (100 g)  (ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z miruny **(ryba),** mąka **pszenna**, **jaja**, bułka tarta (mąka **pszenna),** olej rzepakowy uniwersalny, kapusta kiszona, marchew, cebula, masło z **mleka,** mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła) |

**\*Jadłospis może ulec zmianie  
\* W nawiasach podano przybliżoną wagę 1 porcji (g) posiłku   
\*Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji   
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**