**Jadłospis dla przedszkoli na okres 21-25 maja 2018 r.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie** | **Zupa** | **II danie** | **Podwieczorek** |
| Poniedziałek21.05.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1060,61** | Chleb graham, pszenny z **masłem,**  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, polędwicą sopocką, sałatą zieloną, pomidorem (136 g), napój mleczny- kakao (125 g)/ ((**mleko** 1,5 %, kakao naturalne - proszek**,** cukier kryształ)) herbata z cytryną i cukrem (125 g) | Jarzynowa z ziemniakami (250 g)((wywar z warzyw – mieszanka 7-składnikowa mrożona – marchew, **seler** korzeń, pietruszka korzeń, kalafior, brukselka, groszek, fasolka szparagowa zielona, ziemniaki, śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Makaron świderekz jabłkami (140 g)(( makaron (mąka **pszenna**, mąka **żytnia, jaja**), olej rzepakowy, masło z **mleka,** jabłka, cukier kryształ, cukier waniliowy, cynamon, sól niskosodowa))Sok multiwitaminowy 100 % (200 g) – kartonik ze słomką | Kajzerka pszenna (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**z **masłem**, serem żółtym gouda (**mleko)**, ogórkiem zielonym (130 g), herbata owocowa z cukrem (200 g) |
| Wtorek22.05.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1052,69** | Bułka graham z **masłem,**  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, miodem wielokwiatowym(83 g),napój mleczny – kawa zbożowa (125 g)/((**mleko** 1,5 %, kawa zbożowa (**jęczmień, żyto, pszenica),** cukier kryształ))herbata z cytryną i cukrem(125 g)Połówka jabłka | Pomidorowa z ryżem (250 g) ((wywar z warzyw -marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, koncentrat pomidorowy 30 %, ryż biały, śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk))  | Ziemniaki puree (100 g), pieczony kotlet drobiowy w panierce (55 g), mizeria z jogurtem naturalnym (50 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))Kompot jabłkowo-porzeczkowy (200 g)(jabłko, czarna porzeczka mrożona, cukier kryształ) | Jogurt marchewkowo-owocowy Vita-minki (125 g)**(mleko)** |
| Środa23.05.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1055,81** | Chleb wieloziarnisty, pszenny(mąka **pszenna**, zakwas piekarski **żytni)**z **masłem,** ogórkiem zielonym, papryką czerwoną, jajecznica na maśle (142 g)(**jajka**, masło z **mleka**),napój mleczny- kakao (125 g)/ ((**mleko** 1,5 %, kakao naturalne - proszek**,** cukier kryształ)) herbata z cytryną i cukrem (125 g) | Rosół drobiowy z kaszą manną (250 g) ((wywar mięsno-warzywny - porcja rosołowa drobiowa, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, kasza manna **(pszenica**), przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki puree (100 g), bigos (90 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)Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Sałatka owocowa (120 g) (winogrono czerwone, pomarańcza, jabłko) |
| Czwartek24.05.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1065,49** | Chleb pszenno-żytni z **masłem,**  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, twarożkiem z rzodkiewką, szczypiorkiem (128,50 g)(twaróg półtłusty z **mleka**, jogurt naturalny 3 % z **mleka**) napój mleczny – kawa zbożowa (125 g)/((**mleko** 1,5 %, kawa zbożowa (**jęczmień, żyto, pszenica),** cukier kryształ))herbata z cytryną i cukrem(125 g) | Barszcz czysty z uszkami (250 g)((wywar mięsno-warzywny - porcja rosołowa drobiowa, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, buraki ćwikłowe, uszka z mięsem – wyrób gotowy(mąka **pszenna, jaja)** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk, kwasek cytrynowy, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek)) | Pieczony filet drobiowy w sosie koperkowym (90 g) z ryżem (150 g) i sałatką z pomidora i ogórka kiszonego (50 g)(ziemniaki, filet drobiowy z kurczaka, masło z **mleka**, mąka **pszenna**, śmietana 18 % z **mleka**, koper świeży, pomidor, ogórek kiszony, cebula, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)Kompot jabłkowo-wiśniowy (200 g)(jabłko, wiśnia mrożona, cukier kryształ) | Część banana (1/3), biszkopty (25 g) (mąka **pszenna, jaja**), woda mineralna niegazowana (200 g) |
| Piątek 25.05.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –** **1066,41** | Płatki kukurydzianez **mlekiem**, bułka graham (1/2)(mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**) z **masłem** - (209 g)/herbata z cytryną i cukrem (125 g)Ćwierć pomarańczy | Zupa wiosenna z makaronem muszelka (250 g)(czosnek, cebula, pomidor, papryka czerwona, brokuł świeży, olej rzepakowy, makaron (mąka **pszenna, jaja**), przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki puree (100 g), smażony sznycelek z mintaja (55 g), surówka z młodej kapusty z marchewką i jabłkiem (50 g) ((ziemniaki, masło z **mleka**, filet z mintaja (**ryba)**, **jaja,** bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), bułka tarta (mąka **pszenna**), kasza manna (**pszenica**), olej rzepakowy, kapusta młoda, cebula, marchew, jabłko, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy))Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Mleczna pianka na bazie jogurtu naturalnego z borówkami (150 g) (jogurt naturalny z **mleka**, galaretka cytrynowa – proszek, borówki leśne mrożone) |

|  |
| --- |
| **\* Jadłospis może ulec zmianie** |
| **\* 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** |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |