**Jadłospis dla przedszkoli na okres 9-13 lipca 2018 r.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie** | **Zupa** | **II danie** | **Podwieczorek** |
| Poniedziałek09.07.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1052,86** | Chleb pszenny(mąka **pszenna**, zakwas piekarski **żytni)**z **masłem,** pasztetem drobiowym pieczonym (kasza manna z **pszenicy, seler**, proszek **jajowy**, białko **sojowe),**ogórkiem zielonym, rzodkiewką (140 g)napój mleczny – kawa zbożowa( 125 g)/(**mleko 1,5 %,** kawa zbożowa -**jęczmień, żyto, pszenica,** cukier kryształ**)**herbata z cytryną i cukrem (125 g) | Jarzynowa z ziemniakami (250 g)((wywar z warzyw –– marchew, **seler** korzeń, pietruszka korzeń, por, cebula, ziemniaki młode, śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Makaron mini pióra z sosem mięsno-warzywnym drobiowym (175 g)((makaron (mąka **pszenna, jaja**), olej rzepakowy uniwersalny, filet drobiowy z kurczaka, sos warzywny, pomidor, kukurydza, cebula, mąka **pszenna,** masło z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła))Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Winogrono czerwone (100 g), chrupki kukurydziane bananowe (15 g) |
| Wtorek10.07.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1055,81** | Chleb graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**z **masłem,** słodkim twarożkiem (133 g) (twaróg półtłusty z **mleka**, jogurt naturalny z **mleka**, cukier kryształ) herbata z cytryną i cukrem (200 g)Połówka gruszki | Rosół drobiowy z lanym ciastem (250 g) ((wywar mięsno-warzywny - porcja rosołowa drobiowa, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, mąka **pszenna, jaja**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki z wody (100 g), bitka wp. ze schabu w sosie własnym (95 g), surówka z czerwonej kapusty (50 g)((ziemniaki młode, schab, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, cebula, śmietana 18 % z **mleka**, masło z **mleka**, kapusta czerwona, jabłko, cebula, jogurt naturalny – typ grecki z **mleka**, musztarda (**gorczyca**), przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy))Kompot jabłkowo-truskawkowy (200 g)(jabłko, truskawka mrożona, cukier kryształ) | Jogurt owocowy Serduszko (125 g)**(mleko)** |
| Środa11.07.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –** **1050,31** | Chleb pszenno-żytni z **masłem,**  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, schabem pieczonym wp., pomidorem, sałatą zieloną (138 g), napój mleczny – kakao (125 g)/(**mleko** 1,5 %, kakao naturalne – proszek, cukier kryształ)herbata z cytryną i cukrem(125 g)  | Koperkowa z ryżem (250 g)(wywar z warzyw –– marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, ryż biały, koper, śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk) | Kluski na parze z nadzieniem owocowym lub musem truskawkowym (do wyboru)(mąka **pszenna, mleko, jaja**, drożdże, cukier kryształ, masło z **mleka,** powidło śliwkowe z węgierek, truskawki, jogurt naturalny z **mleka,** miód wielokwiatowy)Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Kajzerka pszenna (1/2)(mąka **pszenna**, zakwas piekarski **żytni)**z **masłem**, serem żółtym (**mleko)**, papryką czerwoną (57,50 g), soczek 100% multiwitaminowy (200 g) |
| Czwartek12.07.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1059,56** | Chleb wieloziarnisty(mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**z **masłem,** dżemem owocowym niskosłodzonym (108 g)  napój mleczny – kawa zbożowa( 125 g)/(**mleko 1,5 %,** kawa zbożowa -**jęczmień, żyto, pszenica,** 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 młode (100 g), smażony sękacz drobiowy (70 g), surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem zielonym (50 g) ((ziemniaki, masło z **mleka**, filet drobiowy z kurczaka**, jajka**, mąka ziemniaczana, pieczarka, papryka czerwona, olej rzepakowy, kapusta pekińska, pomidor, ogórek zielony, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)Kompot jabłkowo-śliwkowy (200 g)(jabłko, śliwka mrożona, cukier kryształ) | Brzoskwinia, talarki ryżowe(6 g) |
| Piątek 13.07.18**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1064,21** | Chleb pszenno-żytni z **masłem,**  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, pomidorowa pasta z makreli wędzonej (118 g)((makrela wędzona (**ryba**), ketchup łagodny) herbata z cytryną i cukrem (200 g)Połówka banana | Żurek z jajkiem (250 g) i chlebem graham (25 g)((żur naturalny - mąka **żytnia**, cebula, **jajko,** śmietana 18 %**z mleka**, chleb graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni),** mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, czosnek)) | Kopytka (120 g) (ziemniaki, masło z **mleka**, mąka ziemniaczana, **jajka**)Surówka z marchwi (50 g) (marchew, jogurt naturalny z **mleka)**Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Serek homogenizowany Danio (140 g) **(mleko),**ćwierć jabłka |

|  |
| --- |
| **\* 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** |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |