**Jadłospis dla szkół
na okres 19-23 marca 2018 r.**

|  |  |
| --- | --- |
| Poniedziałek19.03.18 | Żurek z jajkiem i kiełbasą (450 g), bułka graham (90g) ((żur naturalny - mąka **żytnia**, barszcz biały - mąka **żytnia,** cebula, **jajko,** śmietana z **mleka**, kiełbasa toruńska, bułka graham - mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni,** przyprawy naturalne : pieprz, sól niskosodowa, zioła)Wartość energetyczna porcji (kcal) – 508,83 |
| Wtorek20.03.18 | Ziemniaki puree (200 g), pieczony kotlet drobiowy w panierce (100 g), surówka z kapusty pekińskiej (80 g) ((ziemniaki, masło z **mleka,** filet z kurczaka, mąka **pszenna, jajko**, **mleko,** bułka tarta (mąka **pszenna)**, olej rzepakowy, kapusta pekińska, pomidor, ogórek świeży, cebula, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, zioła))Wartość energetyczna porcji (kcal) – 628,86 |
| Środa21.03.18 | Łazanki z kapustą (280 g)((makaron (mąka **pszenna, jaja**), kapusta biała, masło z **mleka**, cebula, olej rzepakowy))Sok multiwitaminowy (200 g) – kartonik ze słomkąWartość energetyczna porcji (kcal) – 516,58 |
| Czwartek22.03.1822.03. | Ziemniaki z wody (200 g), pieczeń schabowa w sosie własnym (175 g), ćwikła z chrzanem (80 g)(ziemniaki, schab wp., olej rzepakowy, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, cebula, masło z **mleka**, śmietana 18 % z **mleka**, buraki ćwikłowe, chrzan tarty (**mleko** w proszku, pirosiarczan **sodu**), przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, zioła)Wartość energetyczna porcji (kcal) – 606,78 |
| Piątek 23.03.18 | Ziemniaki puree (200 g), smażony sznycelek z mintaja (80 g), surówka z marchwi, jabłek i pomarańczy (80 g)((ziemniaki, masło z **mleka**, filet z mintaja (**ryba)**, **jaja,** bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), bułka tarta (mąka **pszenna**), olej rzepakowy, marchew, jabłko, pomarańcza, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy))Wartość energetyczna porcji (kcal) – 749,01 |

|  |
| --- |
| **\* Jadłospis może ulec zmianie** |
| **\* W jadłospisie wytłuszczonym drukiem wyróżniono alergeny** **/-/ /-/**  **Intendent Kierownik Gminnej Jednostki** **Usług Komunalnych w Bobowej** **mgr Sabina Ligęzowska mgr Dorota Popiela** |
|  |