**Jadłospis na okres 4-15.07.2022 r.**

|  |  |
| --- | --- |
| Poniedziałek  04.07.22 | Brokułowa z ziemniakami (300 g)  ((wywar z warzyw - marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula ziemniaki, brokuł, śmietana z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk))  Racuchy drożdżowe z jabłkami (200 g)  (mąka **pszenna, mleko, jaja**, drożdże, jabłka, cukier kryształ, olej rzepakowy, cukier waniliowy) |
| Wtorek  05.07.22 | Ziemniaki (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, mizeria: ogórek zielony, jogurt naturalny z **mleka;** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)) |
| Środa  06.07.22 | Żurek (300 ml) z jajkiem (50 g) i chlebem wieloziarnistym (50 g)  ((żur naturalny - mąka **żytnia**, cebula, **jajko,** śmietana  **z mleka**, kiełbasa toruńska, chleb (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni),** mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, czosnek))  Makaron z truskawkami (300 g)  ((makaron (mąka **pszenna, jaja),** masło **z mleka**, truskawki, jogurt naturalny z **mleka,** miód wielokwiatowy) |
| Czwartek  07.07.22 | Ziemniaki (200 g), pieczony udziec drobiowy, surówka z marchwi i pomarańczy (80 g)  ((ziemniaki**,** masło z **mleka,** koper, dramstik z kurczaka, surówka: marchew, pomarańcza, kwasek cytrynowy**,** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)) |
| Piątek  08.07.22 | Ziemniaki (200 g), smażony sznycelek z mintaja i dorsza (80 g), surówka z młodej kapusty (80 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, surówka: kapusta młoda, marchew, jabłko, kwasek cytrynowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa zioła)) |
| Poniedziałek  11.07.22 | Warzywny „mix” (300 g) (wywar z warzyw - marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, por, cebula, brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, groszek zielony, ziemniaki, śmietana z mleka, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)  Makaron z serem (300 g) (makaron **pszenny**, masło z **mleka,** twaróg półtłusty z **mleka**, cukier kryształ, cukier waniliowy, cynamon) |
| Wtorek  12.07.22 | Ziemniaki (200 g), filet smażony w cieście (80 g), surówka z kapusty pekińskiej (80 g)  ((ziemniaki**,** masło z **mleka,** koper, filet z kurczaka, mąka ziemniaczana**, jajko**, olej rzepakowy, surówka: kapusta pekińska, ogórek zielony, pomidor, papryka żółta, kukurydza, cebula czerwona, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy)) |
| Środa  13.07.22 | Botwinka (300 g) ((wywar z warzyw - marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, por, cebula, botwinka, sok z buraków 100 %, ziemniaki, śmietana  z **mleka**, mąka **pszenna,** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk, kwasek cytrynowy, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek)))  Pierogi z borówkami (280 g)  (mąka **pszenna, jaja**, borówki, masło z **mleka,** cukier kryształ) |
| Czwartek  14.07.22 | Ziemniaki z wody (200 g), zraz drobiowy (80 g) w sosie pomidorowym (100 g), fasolka szparagowa (80 g)  ((ziemniaki, koper, mięso mielone drobiowe, mięso mielone z fileta, **jaja,** bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), cebula, czosnek, olej rzepakowy, sos: koncentrat pomidorowy, masło z **mleka,** mąka **pszenna,** śmietana z **mleka;** fasolka szparagowa, masło z **mleka**;przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła) |
| Piątek  15.07.22 | Ziemniaki (200 g), miruna pieczona w panierce (80 g), kapusta młoda (100 g)  (ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z mintaja **(ryba),** mąka **pszenna**, **jaja**, bułka tarta (mąka **pszenna),** olej rzepakowy uniwersalny, kapusta gotowana: kapusta młoda, cebula, marchew, mąka **pszenna**, masło  z **mleka** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, 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 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 inż. Barbara Falisz-Stępień**