**Jadłospis dla żłobka na okres 12-15 listopada 2019 r.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie**  **II Śniadanie** | **Zupa** | **II danie** | **Podwieczorek** |
| Wtorek  12.11.19 | Chleb pszenny, graham z **masłem,** (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, filetem pieczonym drobiowym, sałatą zieloną, pomidorem, szczypiorkiem (69g), herbata z cytryną  i cukrem (200 g)  **II śniadanie:**  Owocowy jogurt pitny z **mleka**  (125 ml), biszkopty (25 g)  (**mąka pszenna, jaja)** | Krupnik zabielany  z ziemniakami  (200 g)  ((wywar z warzyw - marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, kasza **jęczmienna**, ziemniaki, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Naleśniki z twarogiem półtłustym (120 g)  i musem truskawkowym (50 g) (mąka **pszenna, mleko**, **jajka,** woda mineralna lekko gazowana, twaróg półtłusty z **mleka**, budyń śmietankowy, cukier waniliowy, cukier kryształ, jogurt naturalny 3 % z **mleka**, olej rzepakowy, truskawki mrożone, miód wielokwiatowy)  Kompot wieloowocowy (200 g)  (mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Sok warzywno-owocowy 100 % Kubuś (150 g), ciasteczka owsiane z żurawiną (16 g) (płatki **owsiane,** mąka **owsiana**, serwatka w proszku z **mleka,** ekstrakt słodu  **jęczmiennego)** |
| Środa  13.11.19 | Bułka graham  z **masłem,**  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, miodem wielokwiatowym (41,50 g), napój mleczny – kawa zbożowa (200 ml)/  (**mleko 1,5 %,** kawa zbożowa -**jęczmień, żyto, pszenica,** cukier kryształ**)**  Herbata z cytryną i cukrem (125 g)  **II śniadanie:**  Połówka gruszki, śliwki  (2 szt) | Rosół drobiowy  z makaronem nitka (200 g)  ((wywar mięsno-warzywny - porcja rosołowa drobiowa, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, makaron (mąka **pszenna, jaja**), przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki puree,  (80 g), pieczony kotlet drobiowy  w panierce (35 g), mizeria (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-śliwkowy (200 g)  (jabłko, śliwka mrożona, cukier kryształ) | Owoce: połówka jabłka, mandarynka |
| Czwartek  14.11.19 | Chleb wieloziarnisty/chleb pszenny  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni,** otręby **pszenne i żytnie)**  z **masłem**, ogórkiem zielonym, papryką żółtą (44 g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (25 g)  **(jaja**, jogurt naturalny z **mleka**),  napój mleczny – kakao (200 ml)/  (**mleko** 1,5 %, kakao naturalne – proszek, cukier kryształ)  herbata z cytryną i cukrem (125 g)  **II śniadanie:**  Sok wielowitaminowy Tymbark (150 g), chrupki kukurydziane | Krem z cukinii  (180 g) z grzankami graham (25 g)  ((wywar z warzyw -marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, cukinia, śmietana 18 % z **mleka**, chleb graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni),** masło z **mleka,**  przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki z wody (80 g), polędwiczki wp. w sosie własnym (80 g), surówka  z marchwi i brzoskwiń  (50 g)  ((ziemniaki, polędwiczki wp., olej rzepakowy, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, cebula, śmietana  18 % z **mleka**, masło z **mleka**, marchew, brzoskwinie w syropie, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy))  Kompot wieloowocowy (200 g)  (mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Budyń waniliowo-czekoladowy własnego wyrobu (150 g) z cząstkami kiwi (1/2)  ((**mleko** 1,5 %, **jaja**, cukier waniliowy, czekolada gorzka 70 % (lecytyny  z **soi)**, mąka ziemniaczana, cukier kryształ, kiwi) |
| Piątek  15.11.19 | Wielozbożowe gwiazdki cynamonowe (15 g)  (mąka **pszenna,** mąka **jęczmienna**, skrobia **pszenna**)  z **mlekiem**, bułka graham (25 g) (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**) z **masłem**/ herbata z cytryną  i cukrem (125 g)  **II śniadanie:**  Część banana (1/2), ćwierć jabłka | Pomidorowa z ryżem (200 g)  ((wywar z warzyw -marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, pomidory  w puszce, sok pomidorowy 100 %, ryż biały, śmietana 18 %  z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki puree  (80 g), smażony sznycelek z mintaja  i dorsza (35 g), kapusta gotowana 50 g)  ((ziemniaki, masło z **mleka**, filet  z mintaja/dorsza (**ryba)**, **jaja,** bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), bułka tarta (mąka **pszenna**), kasza manna (**pszenica**), olej rzepakowy, kapusta kiszona, marchew, mąka **pszenna**, masło z **mleka**, 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 winogronami  (150 g)  (jogurt naturalny  z **mleka**, galaretka cytrynowa – proszek, winogrono) |

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