**Jadłospis dla żłobka na okres 23-27 września 2019 r.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie****II Śniadanie** | **Zupa** | **II danie** | **Podwieczorek** |
| Poniedziałek23.09.19 | Zupa mleczna: kaszka manna (10 g) (mąka **pszenna**) na **mleku** 2 % (180 ml)Chleb pszenny, graham (mąka **pszenna**, zakwas piekarski **żytni)**z **masłem,** paseczkami papryki kolorowej, parówki z fileta drobiowegoz ketchupem (84 g) herbata z cytryną i cukrem (200 g)**II Śniadanie**Marchew – słupki (40 g)Połówka gruszki | Zupa warzywny „mix” (200 g)(wywar z warzyw marchew, **seler** korzeń, pietruszka korzeń, cebula, fasolka szparagowa zielona, kalafior, brokuł, groszek zielony, kapusta biała, pomidory w puszcze, ziemniaki, śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Makaron z jabłkami (90 g)((makaron (mąka **pszenna, jaja),** jabłka, masło **z mleka**, cukier waniliowy, cukier kryształ, cynamon))Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Jogurt owocowy (125 g)**(mleko)** z płatkami kukurydzianymi (15 g), połówka pomarańczy |
| Wtorek24.09.19 | Zupa mleczna: płatki jaglane na **mleku** 2 % (180 g)Kajzerka pszenna (25 g) z **masłem,**  (mąka **pszenna)** twarożek tzatziki z tartym ogórkiem, czosnkiem i koperkiem (25 g)(twaróg półtłusty z **mleka**, jogurt naturalny z **mleka**, ogórek świeży, czosnek, koper)herbatka owocowa(200 g)**II Śniadanie**Kawałki owoców: banan (1/2), jabłko (1/4) | Barszcz czysty (180 g)z uszkami (60 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)) | Filet drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (130 g) z ryżem (50 g)((ryż biały, filet z kurczaka, marchew, pomarańcza, pomidory w puszce, ananas w syropie, olej rzepakowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła))Kompot jabłkowo-wiśniowy (200 g)(jabłko, wiśnia mrożona, cukier kryształ) | Winogrono (150 g), herbatniki pełnoziarniste (20 g)(mąka **pszenna,** serwatka w proszku z **mleka)** |
| Środa25.09.19 | Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**z **masłem,** polędwicą drobiową podsuszaną (białko **sojowe**)sałatą zieloną, plasterkami rzodkiewki (52,5 g),napój mleczny – kakao(200 g)/(**mleko** 1,5 %, kakao naturalne – proszek, cukier kryształ)herbata z cytryną i cukrem(125 g)**II Śniadanie**Borówka amerykańska (100 g) | Szpinakowa (180 g) z jajkiem (25 g) i chlebem graham (25 g)((wywar z warzyw –– marchew, **seler** korzeń, pietruszka korzeń, por, cebula, szpinak, masło z **mleka, jajko,** śmietana 18 % z **mleka**, chleb (mąka **pszenna**, zakwas piekarski **żytni**) przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk, czosnek)) | Ziemniaki z wody(80 g), gulasz wp. z szynki (50 g), bukiet warzyw (50 g) ((ziemniaki, szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, bukiet warzyw – marchew czerwona, marchew żółta, cukinia – plastry, brokuł, kalafior, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)Woda mineralna niegazowana z cytryną (200 ml) | Napój mleczno-owocowy (200 g) (**mleko** 1,5 %, banany, truskawki mrożone)chrupki smakowe (20 g) |
| Czwartek26.09.19 | Chleb wieloziarnisty, pszenny (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**z **masłem,** serem żółtym gouda **(mleko),** pomidorki koktajlowe czerwone i żółte (60 g),napój mleczny – kawa zbożowa (200 g)/(**mleko 1,5 %,** kawa zbożowa -**jęczmień, żyto, pszenica,** cukier kryształ**)**herbata z cytryną i cukrem(125 g)**II Śniadanie**Koktajl malinowy (( jogurt naturalny z **mleka** (120 g), maliny (50 g), miód wielokwiatowy (5 g)) | Rosół drobiowy z zacierką (200 g) ((wywar mięsno-warzywny - porcja rosołowa drobiowa, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, zacierka (mąka **pszenna, jaja**), przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki puree (80 g), pieczeń rzymska drobiowa (35 g), surówka z marchwi i jabłek (50 g)((ziemniaki, masło z **mleka**, koper, mięso mielone drobiowe, mięso mielone z fileta, **jaja,** bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), bułka tarta (mąka **pszenna**), cebula, czosnek, olej rzepakowy, marchew, jabłko**,** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy))Kompot jabłkowo-porzeczkowy (200 g)(jabłko, porzeczka mrożona, cukier kryształ) | Arbuz (150 g), wielozbożowe ciasteczka owocowe (12,5 g) (pełnoziarniste płatki **owsiane, pszenne, orkiszowe**, mąka **owsiana, pszenna, żytnia, jęczmienna**, serwatka w proszku z **mleka**) |
| Piątek 27.09.19 | Zupa mleczna: wielozbożowe kuleczki czekoladowe (15 g)  (mąka **pszenna)**z **mlekiem** (180 g) Bułka graham (1/2)(mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**) z **masłem** , herbata miętowa (125 g)**II Śniadanie**Sałatka owocowa z kiwi i nektarynki (100 g) | Fasolowa przecierana (200 g)(wywar z warzyw –– marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, fasola Jaś, makaron (muszelka) (mąka **pszenna, jaja**), śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk) | Ziemniaki puree (80 g), pieczona miruna w panierce (35 g), mix sałat z warzywami (50 g)(ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z miruny **(ryba),** mąka **pszenna**, **jaja**, bułka tarta (mąka **pszenna),** olej rzepakowy uniwersalny, mix sałat, pomidor, ogórek zielony, papryka żółta, cebula czerwona, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy)Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Serek wiejski (grani) z malinami i żurawiną (150 g) **(mleko)** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|

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

 |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |