**Jadłospis dla przedszkoli na okres 26-30 sierpnia 2024 r.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie** | **Zupa** | **II danie** | **Podwieczorek** |
| Poniedziałek26.08.24 r.**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –** **1212,90** | Chleb pszenny, graham z masłem **z mleka** (58 g)  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, parówki drobiowo-cielęce (2 szt) z ketchupem, ogórek świeży, herbata z cytryną (200 g) | Zupa ziemniaczana (200 g)((wywar z warzyw –– marchew, **seler** korzeń, cebula, ziemniaki, śmietana z **mleka**, mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Pierogi z borówkami (165 g) – wyrób gotowy(mąka **pszenna, jaja**, borówki, masło z **mleka,** cukier kryształ)Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Serek Danio waniliowy **(mleko),** winogrono (100 g) |
| Wtorek27.08.24 r.**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –** **1265,02** | Płatki kukurydziane (30 g) z **mlekiem** (150 g), bułka graham (25 g)z **masłem** (4 g) ) i dżemem owocowym 100 % (20 g) herbata z cytryną (125 g)Brzoskwinia | Rosół z kaszą jaglaną (200 g) ((wywar mięsno-warzywny - porcja rosołowa drobiowa, kości wp., szponder wołowy, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, kasza jaglana, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki (100 g), smażony filet w cieście, (50 g), mizeria (50 g)((ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z kurczaka, mąka **pszenna, jajko**, **mleko,** olej rzepakowy, mizeria: ogórek zielony, jogurt naturalny z **mleka**; przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa)Kompot jabłkowo-wiśniowy (200 g)(jabłko, wiśnia mrożona, cukier kryształ) | Budyń czekoladowy (150 g)  (**mleko**, **jaja**, czekolada gorzka (lecytyny **sojowe)**, cukier kryształ, mąka ziemniaczana)Kiwi |
| Środa28.08.24 r.**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –** **1075,04** | Chleb pszenno-żytni z masłem **z mleka** (58 g)  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**, wędliną wp. (30 g), sałatą zieloną i pomidorem (40 g), napój mleczny – kawa zbożowa (125 g)/(**mleko,** kawa zbożowa -**jęczmień, żyto, pszenica,** cukier kryształ**)**herbata z cytryną (125 g) | Zupa z żółtych warzyw (200 g)(wywar z warzyw – marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, ziemniaki, fasolka szparagowa żółta, kukurydza, papryka żółta, śmietana z **mleka,** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk) | Gołąbki (1 szt.) – wyrób własny, z sosem pomidorowym(kapusta biała, kasza jęczmienna, ryż, łopatka wieprzowa, olej, cebula, sos: koncentrat pomidorowy, masło z **mleka**, cebula, śmietana z **mleka,** mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)Lemoniada pomarańczowa(woda źródlana, pomarańcza, cytryna, mięta, miód wielokwiatowy) | Chleb pszenny(mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**z **masłem** (29 g), serem żółtym gouda (15 g) **(mleko)** papryką (15 g), herbata z cytryną (200 g) |
| Czwartek29.08.24 r.**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –****1134,10** | Chleb pszenny, wieloziarnisty z masłem **z mleka** (58 g)  (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**,rzodkiewkowy twarożek (50 g) (twaróg półtłusty z **mleka,** jogurt naturalny z **mleka**, rzodkiewki, szczypiorek)herbata z cytryną (200 g) | Żurek z kiełbasą (180 ml),jajkiem (50 g) i chlebem pszenno-żytnim (25 g)((żur naturalny - mąka **żytnia**, cebula, **jajko,** śmietana **z mleka**, chleb (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni),** mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, czosnek)) | Makaron razowy z kurczakiem, szpinakiem i suszonymi pomidorami (150 g)(makaron **pszenny** razowy**,** masło z **mleka**, olej rzepakowy, filet z kurczaka, szpinak, suszone pomidory w oleju, czosnek, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa)Kompot jabłkowo-śliwkowy (200 g)(jabłko, śliwka mrożona, cukier kryształ) | Chałka (mąka **pszenna**) z masłem **(mleko),** napój ananasowy (150 g) (**mleko**, ananas w syropie) |
| Piątek 30.08.24 r.**Wartość energetyczna całodziennej racji (kcal) –** **1212,73** | Kajzerkaz **masłem** (58 g),  (mąka **pszenna)**miodem wielokwiatowym(25 g), napój mleczny – kakao (125 g)(**mleko**, kakao naturalne – proszek, cukier kryształ)herbata z cytryną (125 g)Połowa jabłka | Pomidorowa z makaronem (200 g) ((wywar z warzyw -marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, pomidory pasteryzowane,sok pomidorowy 100 %, makaron (mąka **pszenna**), śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk))  | Ziemniaki (100 g), pieczona miruna w panierce (50 g) ćwikła z chrzanem (50 g)(ziemniaki, masło z **mleka**, filet z miruny **(ryba),** mąka **pszenna**, **jaja**, płatki owsiane (**owies),** olej rzepakowy, buraki ćwikłowe, chrzan tarty (**gorczyca)**, przyprawy naturalne)Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Wafel z kajmakiem, soczek owocowy 100 % (wafle tortowe suche (mąka **pszenna)**, masa krówkowa z **mleka)** |

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

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

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