**Jadłospis dla szkół na okres 28.10-8.11.2024 r.**

|  |  |
| --- | --- |
| Poniedziałek  28.10.24 | Makaron z twarogiem (300 g), banan  (makaron **pszenny**,twaróg półtłusty z **mleka,** masło z **mleka**, cukier waniliowy, cukier kryształ, cynamon) |
| Wtorek  29.10.24 | Ziemniaki w ćwiartkach (200 g), kotlet wp. ze schabu pieczony (80 g), mizeria (80 g) ((ziemniaki, masło z **mleka,** koper, schab wp., mąka **pszenna, jajko**, **mleko,** bułka tarta (mąka **pszenna)** olej rzepakowy, mizeria: ogórki świeże, jogurt grecki z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, czosnek, zioła) |
| Środa  30.10.24 | Pomidorowa z makaronem, filetem drobiowym z kurczaka (350 g) i pieczywem (50 g)  ((wywar z warzyw -marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, koncentrat pomidorowy, makaron (mąka **pszenna),** śmietana z **mleka**, filet drobiowy z kurczaka, chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) |
| Czwartek  31.10.24 | Gulasz wp. z szynki po meksykańsku (150 g) z kaszą (150 g) i surówką z kiszonej kapusty (80 g)  (( kasza bulgur(mąka **pszenna)** szynka wp., olej rzepakowy, fasola czerwona konserwowa, papryka czerwona, ketchup łagodny, cebula, mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, surówka: kapusta kiszona, marchew, jabłka, cebula, olej rzepakowy, miód wielokwiatowy, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)) |
| Piątek  01.11.24 | ----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------- |
| Poniedziałek  04.11.24 | Żurek z jajkiem, kiełbasą i pieczywem (50 g)  ((żur naturalny - mąka **żytnia**, cebula, **jajko,** śmietana **z mleka**, kiełbasa toruńska, bułka (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni),** mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, czosnek)) |
| Wtorek  05.11.24 | Ziemniaki w ćwiartkach (200 g), nuggetsy drobiowe pieczone (80 g), surówka wielowarzywna (80 g) ((ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z kurczaka, mąka **pszenna, jajko**, **mleko,** płatki kukurydziane, rzepakowy, surówka: kapusta włoska, jabłka, marchew, cebula, por, papryka czerwona, papryka żółta, olej rzepakowy, koper, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, czosnek, zioła)) |
| Środa  06.11.24 | Filet w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (300 g) ((ryż biały, filet z kurczaka, marchew, pomidory pasteryzowane, olej rzepakowy, ananas w syropie, pomarańcza**,** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, czosnek, zioła) |
| Czwartek  07.11.24 | Bigos (180 g) z puree ziemniaczanym (200 g)  (ziemniaki, masło z **mleka**, kapusta kiszona, łopatka wieprzowa, kiełbasa toruńska wieprzowa, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy 30 %, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie) |
| Piątek  08.11.24 | Ziemniaki puree (200 g), pieczona miruna w panierce (80 g), kapusta gotowana (100 g)  (ziemniaki, masło z **mleka,** koper, filet z miruny**(ryba),** mąka **pszenna**, **jaja**, bułka tarta (mąka **pszenna),** olej rzepakowy, kapusta kiszona, marchew, cebula, mąka **pszenna**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, liść laurowy, ziele angielskie)) |

**\*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 przekazywaniakonsumentom 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**