

JADŁOSPIS

od 9 lipca 2018 r. do 13 lipca 2018 r.

**Poniedziałek 9 lipca 2018 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kasza manna na mleku,  
Bułka kielecka z masłem i serem żółtym, zieloną sałatą i pomidorem.

**Drugie śniadanie**

½ jabłka

**Obiad**

Barszcz ukraiński z białą fasolą, marchewką, pietruszką i koperkiem, zabieleny śmietaną,  
Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy (wypiekany), ziemniaki młode z masłem,  
**Surówka** z kapusty pekińskiej, papryki, marchewki, jabłka i zielonej pietruszki z sosem jogurtowym.  
Kompot owocowy

**Podwieczorek**

Brzoskwinia

**Wtorek 10 lipca 2018 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao na mleku  
**Samodzielne kanapeczki** - Chleb ziarnisty z masłem – dodatki do wyboru - szynka drobiowa  
kolorowa papryka, ogórek zielony, pomidorek, szczypiorek

**Drugie śniadanie**

**Winogrono białe i czerwone**

**Obiad**

Zupa selerowa z ziemniakami i warzywami (pietruszką, marchew, cebula)  
Kluski śląskie z sosem mięsnym z fileta drobiowego,  
**Surówka** z kiszanej kapusty, marchewki i jabłka z zieloną pietruszką i oliwą z oliwek.  
Kompot wieloowocowy

**Podwieczorek**

**DESER** - Koktajl bananowy ze świeżymi malinami i  
biskopciem,  
Herbata z cytryną.

## JADŁOSPIS

od 9 lipca 2018 r. do 13 lipca 2018 r.

### Środa 11 lipca 2018 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną  
Zacierka na mleku  
Bułka kajzerka z masłem i dżemem truskawkowym (100% owoców, bez cukru)

#### Drugie śniadanie

**Banan**

#### Obiad

Zupa jarzynowa z brokułami, kalafiolem, marchewką, pietruszką, selerem, fasolką szparagową i z kaszą jęczmienną  
Kotlet mielony z dorsza (pieczony), ziemniaczki młode,  
Mizeria z rzodkiewką, szczypiorkiem i jogurtem naturalnym.  
Kompot owocowy z czarnej porzeczki, truskawek i aronii

#### Podwieczorek

**DESER** – galaretką z borówkami i bitą śmietaną

### Czwartek 12 lipca 2018 r.

#### Śniadanie

Kawa zbożowa z mlekiem  
Herbata z cytryną  
Chleb pytlowy z masłem, kielbasą szynkową, jajkiem gotowanym, pomidorem, rzodkiewką i szczypiorkiem.

#### Drugie śniadanie

**Marchewka i papryka do chrupania**

#### Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem muszelki, warzywami i zieloną pietruszką.  
Schab ze śliwką w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,  
**WARZYWA** - świeży brokuł i kalafior gotowany na parze  
Kompot truskawkowy

#### Podwieczorek

**Sok owocowy, nektarynka**



## JADŁOSPIS

od 9 lipca 2018 r. do 13 lipca 2018 r.

### Piątek 13 lipca 2018 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną  
Płatki ryżowe na mleku z rodzynkami.  
Chleb graham z masłem i miodem.

#### Drugie śniadanie

##### Brzoskwinia

#### Obiad

Zupa fasolowa z warzywami (marchew, pietruszka, cebula, seler, fasola) z ziemniakami.  
Makaron wypiekany z jabłkami, cynamonem i sosem jogurtowym  
Kompot z wiśni

#### Podwieczorek

**DESER** – marchewkowe muffinki z ananasem i wiórkami kokosa  
Herbata z cytryną

**INTENDENT:** M. Mroczkowska

**SZEF KUCHNI:** M. Witek

Przedszkole zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.

W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do źródlanej lub mineralnej wody niegazowanej, otrzymują także herbatę czarną, herbatki owocowe, kompot.

Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych posiłków, gramatura i kaloryczność udostępniane są w przedszkolu na tablicy jadłospisów, stronie internetowej lub u intendenta placówki.

