



„BAJKA”

Przedszkole Miejskie Nr 3

## JADŁOSPIS

od 6 sierpnia 2018 r. 10 sierpnia 2018 r.

### Poniedziałek 6 sierpnia 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb z masłem, pastą z białego sera i makreli (w sosie z pomidorów) i kolorowymi papryczkami

#### **Drugie śniadanie**

Fioletowa śliwka

#### **Obiad**

Zupa z groszku łupanego z kielbasą wiejską, majerankiem i ziemniakami,

Spaghetti z mięsem i sosem z pomidorów i ziół (bazylią, tymianek, oregano, świeży czosnek, natka pietruszki)

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**DESER** – kisiel malinowy z kawałkami banana i owsianym ciasteczkami z żurawiną

### Wtorek 7 sierpnia 2018 r.

#### **Śniadanie**

Płatki kukurydziane na mleku z rodzynkami

Herbata z cytryną

Chałka z masłem

#### **Drugie śniadanie**

**Suszone owoce – jabłko i ananas**

#### **Obiad**

Rosół drobiowy z marchewką, pietruszką, selerem, lubczykiem i makaronem

Filet z indyka (pieczony), ziemniaczki z koperkiem,

**Sałatka wiosenna**- sałatka masłowa z jajkiem, rzodkiewką i z sosem jogurtowym

Kompot z porzeczek, wiśni, truskawek i śliwki

#### **Podwieczorek**

**„Gumisiowy napój” – czyli koktajl z borówek i jogurtu**





„BAJKA”

Przedszkole Miejskie Nr 3

## JADŁOSPIS

od 6 sierpnia 2018 r. 10 sierpnia 2018 r.

### Środa 8 sierpnia 2018 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa na mleku

Chleb graham z masłem, połówką sopocką (81% mięsa), świeżym ogórkiem i szczypiorkiem

#### Drugie śniadanie

Ziarna słonecznika i pestki dyni

#### Obiad

Zupa koperkowa z mięsem wieprzowym, marchewką, pietruszka selerem i ziemniakami, zabieleną śmietaną

Kolorowe naleśniki – żółte i różowe - z powidłem śliwkowym

Kompot wiśni

#### Podwieczorek

Soczek owocowy – mus jabłko, banan, marchewka, truskawki

### Czwartek 9 sierpnia 2018 r.

#### Śniadanie

Kakao

Herbata z cytryną

Chleb wiejski z maselkiem, żółtym serem, pomidorem malinowym i szczypiorkiem,

#### Drugie śniadanie

Morela

#### Obiad

Zupa ziemniaczana z jarzynką i natką pietruszki, zabieleną śmietaną


Gulasz z szynki wieprzowej z warzywami (z marchewki, papryki czerwonej, cebulki) i kaszą pęczak (na sypko)

Fasolka szparagowa gotowana na parze

Kompot owocowy

#### Podwieczorek

Samodzielne kanapeczki – chleb mieszany z maselkiem, - a do tego – filet z indyka, kolorowa papryka, rzodkiewka, listki bazylii, serek mozzarella





„BAJKA”

Przedszkole Miejskie Nr 3

## **JADŁOSPIS**

### **od 6 sierpnia 2018 r. 10 sierpnia 2018 r.**

**Piątek 10 sierpnia 2018 r.**

#### **Śniadanie**

Mleko  
Herbata z cytryną  
Bułeczka pszenna z masłem, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Winogrono zielone i czerwone

#### **Obiad**

Krupnik z kaszą jęczmienną, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulka, kapusta włoska, zabieleny śmietaną (12%)  
Pierogi leniwe z maselkiem,  
**Mini marcheweczki** gotowane na parze  
Kompot z malinowy

#### **Podwieczorek**

Gruszka

**INTENDENT:** M. Majder

**SZEF KUCHNI:** E. Wojtyna

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

