

## JADŁOSPIS

od 3 września 2018 r. do 7 września 2018 r.

### Poniedziałek 3 września 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb pytlowy z masłem, połówką drobiową, zieloną sałatą i kolorową papryką (czerwona i żółta)

#### **Drugie śniadanie**

Arbuz

#### **Obiad**

Zupa ogórkowa z marchewką, pietruszką, selerem, porem i zieleniną, zabieleną śmietaną  
Spaghetti z mięsem i sosem z pomidorów i ziół (bazylią, tymianek, oregano, świeży czosnek, natka pietruszki)

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Gruszka

### Wtorek 4 września 2018 r.

#### **Śniadanie**

Płatki kukurydziane na mleku

Herbata z cytryną

Chałka z masłem

#### **Drugie śniadanie**

**Tarta marchewka**

#### **Obiad**

Zupa z kalafiora z marchewką, pietruszką, selerem, cebulką i makaronem

Kotlet mielony (wypiekany), ziemniaki z koperkiem

**Salatka selerowa z orzeszkami** - z selera, jabłek, włoskich orzechów z sosem jogurtowym

Kompot z porzeczek, wiśni, truskawek i śliwki

#### **Podwieczorek**

**„Koktajl Pięgowaty Shrek” – czyli koktajl szpinakowy z bananem i wiórkami gorzkiej czekolady**



## JADŁOSPIS

od 3 września 2018 r. do 7 września 2018 r.

### Środa 5 września 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa na mleku

Bułka pszenna z masłem, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem

#### **Drugie śniadanie**

**Winogrono białe i czerwone**

#### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z mięsem (filet z kurczaka – gotowany), z marchewką, pietruszką, porem i selerem, zabieleną śmietaną

Ryż gotowany na mleku z musem z truskawek i jogurtu naturalnego

Kompot wiśni

#### **Podwieczorek**

Jabłko

### Czwartek 6 września 2018 r.

#### **Śniadanie**

Kakao

Herbata z cytryną

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

#### **Drugie śniadanie**

**Owocowy talerz** – banan, kiwi, brzoskwinia

#### **Obiad**

Zupa z pomidorów z warzywami i makaronem „muszelki”

Gulasz z indyka z warzywami i kaszą jęczmienną,

Brokuł (świeży) gotowany na parze

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**Samodzielne kanapeczki** – chleb graham z masłem - a do tego – szynka wieprzowa (128 g mięsa na 100 g wyrobu), zielony ogórek, roszonek, rzodkiewka,





## **JADŁOSPIS**

**od 3 września 2018 r. do 7 września 2018 r.**

### **Piątek 7 września 2018 r.**

#### **Śniadanie**

Mleko  
Herbata z cytryną  
Bułeczka pszenna z masłem i serkiem truskawkowym

#### **Drugie śniadanie**

Suszony ananas

#### **Obiad**

Zupa babuni – z marchewką, pietruszką, porem, selerem, zielonym groszkiem, kalafiorem, fasolką szparagową, zabieleną śmietaną  
Kotleciki z ryby (miruna) – pieczone, ziemniaki ze szczypiorkiem,  
**Surówka** – z kiszonej kapusty, marchewki i jabłek  
Kompot z malinowy

#### **Podwieczorek**

**Malinowa lemoniada z melisą**

**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.

