



„BAJKA”

Przedszkole Miejskie Nr 3

## JADŁOSPIS

od 17 września 2018 r. do 21 września 2018 r.

### Poniedziałek 17 września 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb pyłowy z masłem, wędliną z kurczaka (*96g mięsa z kurczaka w 100g wędliny*), zielonym ogórkiem i rukolą

#### **Drugie śniadanie**

Lemoniada z cytryną, pomarańczą i świeżą miętą

#### **Obiad**

Żurek ze swojską kielbasą, jajkiem i ziemniakami,

Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosem z pomidorów i ziół

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Gruszka

### Wtorek 18 września 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Płatki kukurydziane na mleku

Chałka z masłem

#### **Drugie śniadanie**

Ananas

#### **Obiad**

Zupa ze świeżego kalafiora z makaronem i włoszczyzną

Kiełbaski rumuńskie pieczone (własnej roboty), ziemniaki z koperkiem

**Surówka** - z pora i jabłek z jogurtem naturalnym

Kompot z porzeczek, wiśni, truskawek i śliwki

#### **Podwieczorek**

**DESER** – galaretka z borówkami i bananem





„BAJKA”

Przedszkole Miejskie Nr 3

## JADŁOSPIS

od 17 września 2018 r. do 21 września 2018 r.

### Środa 19 września 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa na mleku  
Bułka pszenna z masłem, pastą jajeczną ze szczypiorkiem i pomidorami

#### **Drugie śniadanie**

Marcheweczki do chrupania

#### **Obiad**

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z mięsem z kurczaka, z marchewką, pietruszką i ziemniakami  
Kolorowe naleśniki z białym serem i musem z malin (naleśniki żółte i kakaowe - czekoladowe)  
Kompot z truskawek, wiśni, porzeczek i śliwek

#### **Podwieczorek**

Jabłko

### Czwartek 20 września 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną i miodem  
**Samodzielne kanapeczki** - chleb wiejski z masłem – a do tego – żółty ser, kolorowa papryka (czerwona, zielona i żółta), rzodkiewka

#### **Drugie śniadanie**

Owocowy półmisek – arbuz, nektarynka, kiwi

#### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, selerem, cebulką, zabieleną śmietaną  
Klopsik z indyka w sosie koperkowym i kaszą gryczaną,  
**Bukiet warzyw gotowany na parze** – brokuł, kalafior, marchewka, fasolka szparagowa  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**Deser „Różowa pantera”** – shake z truskawek, mleka i miodu





„BAJKA”

Przedszkole Miejskie Nr 3

## **JADŁOSPIS**

**od 17 września 2018 r. do 21 września 2018 r.**

### **Piątek 21 września 2018 r.**

#### **Śniadanie**

Mleko na ciepło  
Herbata z cytryną  
Chleb graham z masłem, dżemem morelowym i plastrem białego sera

#### **Drugie śniadanie**

Winogrono białe i czerwone, arbuz

#### **Obiad**

Zupa pomidorowa z łazankami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką  
Kotleciki z ryby – pieczone (miruna), ziemniaki ze szczypiorkiem,

#### **Ćwikła**

Kompot z malinowy

#### **Podwieczorek**

Soczek – mus owocowy

**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.

