

JADŁOSPIS

od 15 października 2018 r. do 19 października 2018 r.

Poniedziałek 15 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Zacierka na mleku z żurawiną
Chleb graham z masłem i miodem

Drugie śniadanie

Marcheweczki i papryka do chrupania

Obiad

Zupa buraczkowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem, zabieleny śmietaną
Ryż na mleku (wypiekany) z jabłkami i cynamonem, a do niego mus jogurtowo - waniliowy
Kompot z porzeczek, aronii i truskawek

Podwieczorek

Samodzielne kanapeczki - chleb z masłem – kiełbasa z fileta drobiowego (suszona), pomidor malinowy, świeży ogórek, szczypiorek
Herbata z cytryną

Wtorek 16 października 2018 r.

Śniadanie

Kakao z mlekiem
Chleb ziarnisty z masłem, pastą z białego sera i szczypiorku, szynką wieprzową i kolorową papryką

Drugie śniadanie

½ szklanki soku 100% owocowy

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z wiejską kiełbasą marchewką, pietruszką, selerem, porem i zieleniną
Spaghetti z mięsem wieprzowo – drobiowym, sosem z pomidorów i ziół
Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka



JADŁOSPIS

od 15 października 2018 r. do 19 października 2018 r.

Środa 17 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Ryż na mleku z suszoną śliwką
Chałka z masłem

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupa koperkowa marchewką, pietruszką, cebulką i zieleniną
Zrazy wieprzowo – drobiowe w sosie, kasza jęczmienna
Surówka z kapusty pekińskiej – z pomidorem malinowym, świeżym ogórkiem, szczypiorkiem i sosem jogurtowym,
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – mus truskawkowo – bananowy, mini pączki serowe

Czwartek 18 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa z mlekiem
Samodzielne kanapeczki – chleb z masłem – a do tego żółty ser, rzodkiewka, ogórek kiszony, jajko na twardo, pomidory

Drugie śniadanie


Jabłko

Obiad

Zupa pomidorowa z zacierką, marchewką, pietruszką, selerem, cebulką
Kotlecik z indyka (wypiekany), ziemniaki z koperkiem
Marcheweczka po mazursku – marchewka z groszkiem duszona na maśle
Lemoniada z cytryną, limonką i miodem

Podwieczorek

Owocowy talerz – świeży ananas, melon żółty, kiwi, winogrono czerwone, arbuz



JADŁOSPIS

od 15 października 2018 r. do 19 października 2018 r.

Piątek 19 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa

Chleb graham z masłem, pastą z ryby i szczypiorku, czerwona papryka

Drugie śniadanie

Kisiel z owsianym ciasteczkiem z żurawiną

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiolem, brokułem, fasolka szparagowa, brukselka, marchewka, pietruszka, porem, selerem i koperkiem, zabieleny śmietaną

Łazanki ze świeżej i kiszonej kapusty

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Pomarańcza, sok owocowy

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 lub sok.

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

