

## JADŁOSPIS

od 15 października 2018 r. 19 października 2018 r.

### Poniedziałek 15 października 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb z maselkiem - a do tego – kielbasa żywiecka, szczypiorek, rzodkiewka, świeży ogórek,

#### **Drugie śniadanie**

Kalarepka

#### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, selerem i zieleniną

Makaron z musem jagodowo – jogurtowym

Kompot z wiśni, porzeczek, rabarbaru

#### **Podwieczorek**

Banan

### Wtorek 16 października 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Bułeczka grahamka z masłem, pastą rybną, czerwoną papryką i zieloną sałatką

#### **Drugie śniadanie**

Rzodkiewka

#### **Obiad**

Zupa ze świeżych pieczarek z ryżem, marchewką, pietruszką, selerem i natką

Kotlecik drobiowy (mielony, wypiekany), ziemniaki z koperkiem

**Marchewkowa surówka** – z marchewki i jabłek

Kompot z porzeczek, wiśni, truskawek i śliwki

#### **Podwieczorek**

Koktajl „**różowa pantera**” – z truskawek i jogurtu



## JADŁOSPIS

od 15 października 2018 r. 19 października 2018 r.

### Środa 17 października 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa z mlekiem,  
Bułka pszenna z masłem, kielbasą krakowską suszoną, pomidorki koktajlowe

#### **Drugie śniadanie**

Winogrono kolorowe

#### **Obiad**

Kapuśniaczek ze świeżej kapusty z ziemniakami, marchewką, pietruszką, czosnkiem, cebulką i koncentratem z pomidorów  
Naleśniki z konfiturą owocową  
Kompot z wiśni, czarnych porzeczek i śliwek

#### **Podwieczorek**

**DESER** – budyń kolorowy – śmietankowo - czekoladowy

### Czwartek 18 października 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa na mleku  
Chleb z masłem, Jajecznica na mleku, pomidorek malinowy

#### **Drugie śniadanie**


Kolorowa papryczka do chrupania

#### **Obiad**

Rosół drobiowy – wołowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką  
Polędwiczki wieprzowe w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem  
**Kolorowa sałatka** - z kapusty pekińskiej, marchewki, kukurydzy, świeżego ogórka, czarnuszki, z sosem winegret (na bazie oleju rzepakowego, soku z cytryny, czosnku i ziół)  
Kompot z czarnej i czerwonej porzeczek z rabarborem

#### **Podwieczorek**

**Sok świeżo wyciskany** z jabłek, marchewki i buraczków, ciasteczko owsiane z żurawiną



## JADŁOSPIS

od 15 października 2018 r. 19 października 2018 r.

### Piątek 19 października 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Zupa mleczna z kaszą manna,  
Chleb z masłem i z żółtym serem

#### **Drugie śniadanie**

Pomidorki koktajlowe

#### **Obiad**

Barszcz ukraiński z warzywami, czerwoną fasolką, koperkiem i ziemniakami,  
Kotlecik z ryby (miruna), ziemniaki ze szczypiorkiem,  
Surówka z kiszonej kapusty, z cebulką i jabłkami  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Nektarynka

**INTENDENT:** J. Sołek

**SZEF KUCHNI:** K. Krawczyk

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.

