

JADŁOSPIS

od 22 października 2018 r. 26 października 2018 r.

Poniedziałek 22 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki - Chleb z masłem - a do tego – szynka wieprzowa, kolorowa papryka, zielona sałatka, szczypiorek, pomidorek koktajlowy

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

Obiad

Zupa jarzynowa z fasolką szparagową, brukselką, kalafiorem, marchewką, pietruszką, selerem i zieleniną

Ryż na mleku wypiekany ze śliwkami, a do niego mus jogurtowy

Kompot z wiśni, porzeczek, rabarbaru

Podwieczorek

Jabłko

Wtorek 23 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Chleb z masłem, pastą z jajek, pomidorem malinowym i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Rzodkiewka

Obiad

Zupa z pomidorów z zacierką, marchewką, pietruszką, selerem i natką


Gulasz z indyka z warzywami, ziemniaczki opiekane z ziołami (w piecu)

Salatka buraczkowa – z czerwonych buraków, jabłek, cebulki

Kompot z porzeczek, wiśni, truskawek i śliwki

Podwieczorek

Zdrowe talerzyki – a na nich do wyboru – winogrono białe, winogrono czerwone, melon, śliwki węgierki



JADŁOSPIS

od 22 października 2018 r. 26 października 2018 r.

Środa 24 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Bułka pszenna z masłem, polędwicą drobiową, świeżym ogórkiem i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Kolorowa papryczka – czerwona, zielona i żółta

Obiad

Zupa ze świeżego kalafiora z ziemniakami, marchewką, pietruszką, czosnkiem, cebulką i koncentratem z pomidorów

Makaron z bazylią i pieczarkami

Kompot z wiśni, czarnych porzeczek i śliwek

Podwieczorek

Banan

Czwartek 25 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa na mleku

Bułka grahamka z masłem, białym serkiem, pomidorem malinowym i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Winogrono

Obiad

Zupa krem z brokułów z marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką

Kotlecik mielony (wypiekany), ziemniaki z koperkiem

Marchewka z zielonym groszkiem

Kompot z czarnej i czerwonej porzeczki z rabarbarem

Podwieczorek

„Różowa pantera” – jogurt naturalny z malinami, owsiane ciasteczko



JADŁOSPIS

od 22 października 2018 r. 26 października 2018 r.

Piątek 26 października 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Zupa mleczna z kaszą manna,
Bułeczka z kruszonką

Drugie śniadanie

Pomidorki koktajlowe

Obiad

Barszcz czerwony z warzywami, jajkiem, czosnkiem i koperkiem,
Pieczeń z ryby (miruna), ziemniaki ze szczypiorkiem,
Surówka z młodej kapusty, z marchewką, jabłkami, cebulką
Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka

INTENDENT:

SZEF KUCHNI:

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.

