

## JADŁOSPIS

od 13 listopada 2018 r. do 16 listopada 2018 r.

### Wtorek 13 listopada 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem,

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb ziarnisty z masłem – a do niego - jajko na twardo, świeży ogórek, kiełbasa sucha z fileta drobiowego

#### **Drugie śniadanie**

**Bakaliowa przekąska** – rodzynki, żurawina, ziarna słonecznika

#### **Obiad**

Barszcz czerwony z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem i koperkiem, zabieleny śmietaną

Kotlet mielony (drobiowo – wieprzowy, pieczony), ziemniaczki z masłem,

Marchewka duszona z zielonym groszkiem,

Lemoniada z cytryną, limonką i miodem

#### **Podwieczorek**

Pomarańcza

### Środa 14 listopada 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Płatki kukurydziane z mlekiem,

Bułka kajzerka z masłem

#### **Drugie śniadanie**

½ banana

#### **Obiad**

Zupa jarzynowa z brokułem, kalafiejem, fasolką szparagową, brukselką, marchewką, pietruszką, selerem, porem i natką, zabielena


Filet drobiowy w sosie śmietankowo – warzywnym, ziemniaki z koperkiem,

**Czerwona kapustka z jabłkami i oliwą z oliwek**

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**DESER** – Tarte jabłko z marchewką i biszkopecik



## JADŁOSPIS

od 13 listopada 2018 r. do 16 listopada 2018 r.

### Czwartek 15 listopada 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Ciepłe mleko

Rogal z masłem i dżemem z truskawek (100% owoców, bez cukru)

#### **Drugie śniadanie**

Mandarynka

#### **Obiad**

Zupa z groszku łupanego z wiejską kielbasą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem, cebulką, czosnkiem i majerankiem

Bitki ze schabu w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,

Fasolka szparagowa zielona i żółta z masełkiem,

Kompot z jabłek

#### **Podwieczorek**

Gruszka

### Piątek 16 listopada 2018r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Chleb pyłowy z masłem, filetem z makreli w pomidorach, z papryką czerwoną i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Sok owocowy 100%

#### **Obiad**

Zupa koperkowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką, zabieleną śmietaną

Łazanki „kokardy” z białej i kiszzonej kapusty z drobiowym

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

**DESER** – koktajl truskawkowo – bananowy z jogurtem naturalnym, mini paczki serowe

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 dostępne są w szkole na tablicy jadłospisów, stronie internetowej lub u intendenta placówki.