

JADŁOSPIS

od 19 listopada 2018 r. do 23 listopada 2018 r.

Poniedziałek 19 listopada 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa z mlekiem
Chleb z masłem, pastą z białego sera i ryby (makreli) i zielonym ogórkiem,

Drugie śniadanie

Wafelek ryżowy z miodem, sok owocowy 100% owoców.

Obiad

Zupa grochowa z wiejską kielbasą i majerankiem, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem,
Makaron z sosem mięsno – warzywnym – z mięsa wieprzowego, cukinii, czerwonej papryki, cebulki, marchewki, selera i pomidorów marynowanych
Kompot z porzeczki, aronii i truskawek

Podwieczorek

Pomarańcza

Wtorek 20 listopada 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Płatki kukurydziane z mlekiem,
Słodka chałka z masłem

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Rosół drobiowy z kluseczkami, marchewką, pietruszką, selerem, lubczykiem
Pulpeciki z filetów drobiowych w sosie koperkowym, ziemniaki
Sałatka z kiszzonego ogórka i szczypiorku
Kompot z wiśni

Podwieczorek

Samodzielne kanapeczki – chleb graham z masłem i pasztetem (mięso 86 % - w tym – 42% mięso drobiowe, 28% mięso wieprzowe, 16% mięso wołowe) – a do tego – pomidorki koktajlowe, sałatka roszponka, zielone oliwki
Herbata z cytryną



JADŁOSPIS

od 19 listopada 2018 r. do 23 listopada 2018 r.

Środa 21 listopada 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Chleb z masłem, szynką drobiową (96% mięsa z fileta z indyka), sałatką lodową i pomidorem malinowym,

Drugie śniadanie

Lemoniada z pomarańczą i limonką

Obiad

Zupa ziemniaczana z mięsem wieprzowym, kapustą białą, marchewką, pietruszką, porem i selerem,
Ryż na mleku z musem jogurtowo – truskawkowym,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Jabłko

Czwartek 22 listopada 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem,
Bułeczka pszenna z masłem, gotowanym jajkiem, szczypiorkiem i kolorową papryką

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – orzechy włoskie, rodzynki, morela suszona.


Obiad

Zupa ze świeżych brokułów z makaronem, marchewką, pietruszką, selerem cebulką,
Kiełbaski rumuńskie (własnej roboty, pieczone), ziemniaki z koperkiem,
Zielona sałatka – z sałaty masłowej i sosu jogurtowo - czosnkowego
Kompot ze śliwek

Podwieczorek

DESER – bananowy shake z jogurtem naturalnym i ciasteczkami pełnoziarnistymi





„BAJKA”
Przedszkole Miejskie Nr 3 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 19 listopada 2018 r. do 23 listopada 2018 r.

Piątek 23 listopada 2018r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Mleko na ciepło
Bułka z masłem i miodem lipowym,

Drugie śniadanie

Owocowy talerzyk – winogrono białe i czerwone, banany i mandarynki

Obiad

Krupnik zabielały z kaszą jęczmienną, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką,
Pierogi ruskie (własnej roboty) z masłem, mini marcheweczki
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Gruszki

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.

