

JADŁOSPIS

od 26 listopada 2018 r. do 30 listopada 2018 r.

Poniedziałek 26 listopada 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – chleb pytlowy z masłem – a do tego – szynka z kurczaka (mięso 96 % mięsa z filetów z kurczaka na 100g gotowego produktu), pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, szczypiorek

Drugie śniadanie

Wafelek tortowy z miodem, mandarynka

Obiad

Barszczyk czerwony z mięsem wieprzowy (z wywaru), jajkiem, ziemniakami, marchewką, pietruszką i koperkiem

Makaron kokardy z białym serem,

Kompot z porzeczki, aronii i truskawek

Podwieczorek – Dzień PLUSZOWEGO MISIA

Ciasteczko (w kształcie misia), banan

Wtorek 27 listopada 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, żółtym serem i świeżym ogórkiem

Drugie śniadanie

Winogrono białe i czerwone

Obiad

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

Kotlecik mielony wieprzowy (z szynki wieprzowej, pieczony), ziemniaki z koperkiem,

Marchewkowa sałatka – z marchewek, jabłek, chrzanu z jogurtem naturalnym

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczki, śliwek i truskawek

Podwieczorek

DESER – pyszne ciasto czekoladowe – „Murzynek” (własnego wypieku) + soczek owocowy 100% owoców



JADŁOSPIS

od 26 listopada 2018 r. do 30 listopada 2018 r.

Środa 28 listopada 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb z masłem, szynką (148g mięsa wieprzowego na 100g gotowego produktu), sałatką masłową, czerwoną i zieloną papryką

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty, z mięsem wieprzowym, marchewką, pietruszką, porem, cebulką i selerem, zabieleną śmietaną

Naleśniki z dżemem truskawkowym a do nich mus z jogurtu naturalnego i polewa czekoladowa (własnej roboty)

Kompot owocowy

Podwieczorek

Pomarańcza

Czwartek 29 listopada 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Chleb graham z masłem, twarożkiem czosnkowym (z białego sera, świeżego czosnku, jogurtu greckiego) i kiszonym ogórkiem

Drugie śniadanie

Lemoniada pomarańczowa z miętą i cytryną

Obiad

Zupa wiejska z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem, cebulką,

Gulasz mięsno – warzywny (z szynki wieprzowej i warzyw – marchewka, pietruszka, cebula, seler), kasza gryczana gotowana na sypko,


Buraczki z jabłkiem i szczypiorkiem

Kompot ze śliwek

Podwieczorek

DESER – Shake malinowo – truskawkowy z jogurtem naturalnym i mini pączkiem serowym





„BAJKA”
Przedszkole Miejskie Nr 3 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 26 listopada 2018 r. do 30 listopada 2018 r.

Piątek 30 listopada 2018r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Mleko na ciepło
Bułka z masłem i konfiturą z truskawek

Drugie śniadanie

Zdrowy talerzyk – banany i mandarynki, ziarna słonecznika / pestki dyni / płatki migdałów

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiolem, brokułem, brukselką, zielonym groszkiem, fasolką szparagową, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką, zabieleną śmietaną
Filet z miruny (panierowany w bułce, pieczony), ziemniaki z masełkiem,
Kapustka biała duszona z koperkiem,
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Gruszka

INTENDENT: SZEFEF 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.

