

## 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





## **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 kalafiorem, 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 czarna, 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.

