

## JADŁOSPIS

od 17 grudnia 2018 r. do 21 grudnia 2018 r.

Pierniczkowy tydzień w przedszkolu – dzieci w grupach samodzielnie przygotowują, pieką i ozdabiają świąteczne pierniczki

### Poniedziałek 17 grudnia 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Bułeczka z kruszonką i masłem  
Płatki owsiane z mlekiem

#### **Drugie śniadanie**

Marchewka do chrupania, mandarynka

#### **Obiad**

Krupnik zbielany z marchewką, pietruszką, porem, selerem, i koperkiem,  
Racuszki drożdżowe z jabłkami  
Kompot z porzeczki, aronii i truskawek

#### **Podwieczorek**

**DESER** – jogurt naturalny z brzoskwiniami

### Wtorek 18 grudnia 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao na mleku

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb wieloziarnisty z masłem – a do niego – szynka drobiowa, jajko na twardo, rzodkiewka, świeży ogórek, szczypiorek.

#### **Drugie śniadanie**

½ szklanki soku owocowego (*sok 100% owoców*), mini pączki serowe

#### **Obiad**

Zupa buraczkowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem, i koperkiem  
Zrazy wieprzowo w sosie własnym, kasza gryczana na sypko,  
Surówka z kapusty kiszzonej, jabłek i oliwy z oliwek  
Kompot wiśniowy

#### **Podwieczorek**

Pomarańcza



## JADŁOSPIS

od 17 grudnia 2018 r. do 21 grudnia 2018 r.

### Środa 19 grudnia 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Mleko  
Bułka pszenna z masłem i miodem

#### **Drugie śniadanie**

Winogrono białe i czerwone

#### **Obiad**

Zupa pieczarkowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Kotlecik mielony z ryby (miruna, pieczony), ziemniaczki zapiekane z ziołami,  
Marchewka z zielonym groszkiem  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Ciasteczko z żurawiną, banan

### Czwartek 20 grudnia 2018 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa z mlekiem  
Chleb pyłowy z masłem, pastą z białego sera, zieloną sałatką, kolorową papryką i wiejską kielbasą

#### **Drugie śniadanie**

**Bakaliowa przekąska** – rodzyнки, ziarna słonecznika, płatki migdałów

#### **Obiad**

Rosół drobiowo - wołowy z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Filet drobiowy duszony w jarzynkach, ziemniaki z koperkiem  
Sałatka z kapusty pekińskiej, z kukurydzą i sosem winegret z ziołami  
Lemoniada z limonką, cytryną i miodem

#### **Podwieczorek**

**DESER** – koktajl bananowy z jogurtem i świeżym ananasem



## **JADŁOSPIS**

### **od 17 grudnia 2018 r. do 21 grudnia 2018 r.**

#### **Piątek 21 grudnia 2018r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao z mlekiem

Buleczka pszenna z masłem, serem żółtym, pomidorkiem malinowym i szczypiorkiem.

##### **Drugie śniadanie**

Gruszka

##### **Obiad**

Zupa z groszku łupanego z majerankiem, włoszczyzną i ziemniakami,

Makaron wypiekany z jabłkami i cynamonem z sosem jogurtowo - waniliowym

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

##### **Podwieczorek**

Owsiane ciasteczko, mus owocowy Kubuś

#### **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.

