

## JADŁOSPIS

od 21 stycznia 2019 r. do 25 stycznia 2019 r.

### Poniedziałek 21 stycznia 2019 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Chleb wiejski z masłem, twarogiem, pomidorkiem i szczypiorkiem

#### **Drugie śniadanie**

Kolorowe winogrono (czerwone i białe)

#### **Obiad**

Żurek z jajkiem, wiejską kielbasą, ziemniakami i majerankiem

Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno – warzywnym – z szynki wieprzowej i fileta z indyka, czerwonej papryki, marchewki, pietruszki, pora, selera i pomidorów

Kompot śliwkowy

#### **Podwieczorek**

Soczek owocowy (mus) - jabłkowy

### Wtorek 22 stycznia 2019 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Buleczka pszenna z masłem i z żółtym serem

Płatki kukurydziane z mlekiem

#### **Drugie śniadanie**

Mandarynka

#### **Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, cebulką i zieleniną


Kotlet mielony (wieprzowy) wypiekany w piecu, ziemniaki z masłem,

**Salatka lodowa** – z sałaty lodowej i sosu czosnkowo - koperkowego

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

**DESER** – kisiel wiśniowy z bananami



## JADŁOSPIS

### od 21 stycznia 2019 r. do 25 stycznia 2019 r.

#### Środa 23 stycznia 2019 r.

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Samodzielne kanapeczki – chleb pytlowy z masłem – a do niego – szynka wieprzowa (148g mięsa wieprzowego na 100g gotowego wyrobu), świeży ogórek, żółta papryka, rzodkiewka

##### **Drugie śniadanie**

Jabłko

##### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z jarzynką i mięsnymi kuleczkami

Szpinakowe (słodkie) naleśniki z białym serem i sosem z truskawek

Kompot ze śliwek

##### **Podwieczorek**

Banan

#### Czwartek 24 stycznia 2019 r.

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb mieszany z masłem, pastą z ryby (makrela), kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem

##### **Drugie śniadanie**

Kiwi

##### **Obiad**

Rosół drobiowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, lubczykiem i selerem


Potrąwka z kurczaka (z udek), ziemniaki z koperkiem

Brokuł gotowany na parze

Kompot z wiśni

##### **Podwieczorek**

**DESER – jogurtowy misz masz** – jogurt naturalny z kawałkami ananasa, pestkami granatu i świeżą miętą



## **JADŁOSPIS**

### **od 21 stycznia 2019 r. do 25 stycznia 2019 r.**

#### **Piątek 25 stycznia 2019 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao  
Chałka z masłem i dżemem morelowym

##### **Drugie śniadanie**

Lemoniada z cytrusami – z pomarańczą, limonką i cytryną

##### **Obiad**

Krupnik z mięsem z kurczaka, z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem, porem i koprem,  
Pierogi leniwe z maselkiem i zrumienioną bułką tartą  
Mini marcheweczki gotowane na parze  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

##### **Podwieczorek**

**Owocowy talerz** – melon, mandarynka, gruszka

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.

