

## JADŁOSPIS

od 28 stycznia 2019 r. do 1 lutego 2019 r.

### Poniedziałek 28 stycznia 2019 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Zupka mleczna z płatkami owsianymi, Bułeczka z kruszonką i masłem,

#### **Drugie śniadanie**

Marcheweczka i kolorowa papryka do chrupania

#### **Obiad**

Zupa z groszku łupanego z ziemniakami, marchewką, pietruszką, cebulą, czosnkiem i majerankiem,  
Risotto z mięsem wieprzowym i jarzynką w sosie pomidorowym,  
Kompot z wiśni, porzeczek, rabarbaru i śliwek

#### **Podwieczorek**

Pieczone jabłuszko z cynamonem

### Wtorek 29 stycznia 2019 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa z mlekiem  
Chleb mieszany z masłem, jajkiem, pomidorkiem malinowym i zieloną sałatą

#### **Drugie śniadanie**

Mandarynka

#### **Obiad**

Zupa kalafiorowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Filet z kurczaka pieczony w ziołach, ziemniaczki z koperkiem,  
**Zielona sałatka** – z sałaty lodowej (lub masłowej), rzodkiewki z sosem śmietankowym  
Kompot ze śliwek

#### **Podwieczorek**

Banan



## **JADŁOSPIS**

### **od 28 stycznia 2019 r. do 1 lutego 2019 r.**

#### **Środa 30 stycznia 2019 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa z mlekiem

**Samodzielne kanapeczki** – bułeczka pszenna z masłem – a do niej – polędwica drobiowa, rzodkiewka, mozzarella (w zalewie), świeży ogórek, szczypiorek,

##### **Drugie śniadanie**

Kalarepka

##### **Obiad**

Zupa owocowa z truskawek i wiśni z groszkiem ptysiowym,  
Kopytka (własnej roboty) z bułeczką prażoną  
Kompot z truskawek

##### **Podwieczorek**

Soczek z marchewki i buraczków  
Ciasteczko owsiane z żurawiną

#### **Czwartek 31 stycznia 2019 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao

Chleb wieloziarnisty z masłem, wiejską kielbasą, pomidorkiem, wiórkami żółtego sera i szczypiorkiem

##### **Drugie śniadanie**

**Bakaliowy talerzyk** – orzechy włoskie, pestki dyni, suszona żurawina

##### **Obiad**

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, zabieleną śmietaną,  
Gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną,  
Sałatka z buraczków, jabłek i oliwy z oliwek  
Kompot wieloowocowy

##### **Podwieczorek**

Gruszka



## **JADŁOSPIS**

### **od 28 stycznia 2019 r. do 1 lutego 2019 r.**

**Piątek 1 lutego 2019 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Mleko  
Bułeczka pszenna z masłem i miodem lipowym

#### **Drugie śniadanie**

Malinowy koktajl z meliską

#### **Obiad**

Zupka z kaszy mannej, z marchewką, pietruszką, selerem, porem i zieleniną,  
Kotlecik z ryby (miruna, pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem  
Kapustka kiszona, duszona  
Kompot z czarnych porzeczek,

#### **Podwieczorek**

Drożdżówka z owocami

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.

