

JADŁOSPIS

od 4 marca 2019 r. do 8 marca 2019 r.

Poniedziałek 4 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb wieloziarnisty z masłem, pomidorem i szczypiorkiem, paróweczka drobiowa z keczupem *(93% mięsa z filetów z kurczaka na 100 g gotowego produktu)*

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupa brokułowa z ziemniakami, włoszczyzną i zieleniną,

Spaghetti z sosem mięsno warzywnym z marchewką, pietruszką, selerem, pomidorami, czerwoną papryką, cukinią

Kompot owocowy z porzeczek, wiśni i truskawek

Podwieczorek

Banan

Wtorek 5 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Mleko

Bułka kielecka z maselkiem i konfiturą truskawkową

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – ziarna słonecznika, pestki dyni, orzechy włoskie

Obiad

Zupka wiosenna z kalafiorem, brokułem marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną


Nuggetsy z filetów drobiowych (wypiekane), szpinakowe ziemniaczki,

Ćwikła

Kompot ze śliwek

Podwieczorek

DESER – mus z awokado, bananów i jogurtu greckiego z wiórkami gorzkiej czekolady



JADŁOSPIS
od 4 marca 2019 r. do 8 marca 2019 r.

Środa 6 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb z masłem, pasta rybną, świeżym ogórkiem i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Mandarynka i ciasteczko owsiane z żurawiną

Obiad

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z jarzynką, ziemniakami i natką pietruszki,
Makaron z białym serem i miodem
Kompot z malinami

Podwieczorek

Herbata z limonką
Chleb graham z maselkiem, gotowanym jajkiem i rzodkiewką

Czwartek 7 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Bułeczka kajzerka z masłem, polędwicą drobiową i kolorową papryką

Drugie śniadanie


Herbata malinowa z biszkopciem

Obiad

Zupa z kalafiora, z makaronem łazankowym, marchewką, pietruszką, porem, selerem
Pulpeciki wieprzowe w sosie koperkowym, ziemniaki
Sałatka z pomidorów malinowych, kiszonych ogórków i zielonej cebulki
Kompot ze śliwek

Podwieczorek

Owocowy talerzyk – melon, ananas, gruszka



JADŁOSPIS

od 4 marca 2019 r. do 8 marca 2019 r.

Piątek 8 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Samodzielne kanapeczki – chleb wiejski z masłem – a do niego – ser żółty, pomidorki koktajlowe, rukola, rzodkiewka,

Drugie śniadanie

Winogrono białe i czerwone,

Obiad

Krupnik z mięsem drobiowym, ziemniakami, włoska kapusta i włoszczyzną

Pierogi leniwe z maselkiem i prażoną bułką tartą,

Surówka z marchewki i jabłek

Kompot z wiśni

Podwieczorek

Soczek „mus” owocowy z jabłek, bananów, marchewki i truskawek

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.

