



ŻŁOBEK MIEJSKI

W LEŻAJSKU

## 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





ŻŁOBEK MIEJSKI

W LEŻAJSKU

## 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, połędwicą 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







ŻŁOBEK MIEJSKI

W LEŻAJSKU

## 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.

