



Przedszkole Miejskie

Nr 4

## JADŁOSPIS

od 8 kwietnia 2019 r. do 12 kwietnia 2019 r.

### Poniedziałek 8 kwietnia 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa zbożowa na mleku,

**Samodzielne kanapeczki** – Chleb ziarnisty z masłem – a do niego – kiełbasa krakowska, świeży ogórek, pomidorki truskawkowe, listki bazylii

#### Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania, kolorowa papryka

#### Obiad

Krupnik zabielały z warzywami

Naleśniki z konfiturą

Kompot owocowy

#### Podwieczorek

Gruszka

### Wtorek 9 kwietnia 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną

Bułeczka kajzerka z masłem i żółtym serem

Płatki ryżowe na mleku z rodzynkami

#### Drugie śniadanie

½ banana

#### Obiad

Zupa ogórkowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem, zabiela śmietaną

Bitki ze schabu w sosie własnym, kasza jęczmienna na sypko


Fasolka szparagowa zielona i żółta (gotowana na parze) z maselkiem i prażoną bułką tartą

Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawką, śliwką, cukier

#### Podwieczorek

**DESER** – ucierane ciasto z owocami – z jabłkami i śliwkami

Herbatka limonkowa





Przedszkole Miejskie

Nr 4

## JADŁOSPIS

od 8 kwietnia 2019 r. do 12 kwietnia 2019 r.

### Środa 10 kwietnia 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa z mlekiem

Chleb mieszany z masłem, szynką drobiową i listkami rozspanki

#### Drugie śniadanie

Mandarynka

#### Obiad

Zupa pieczarkowa z zacierką, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Kotleciki ziemniaczane z sosem z pomidorów

Kompot

#### Podwieczorek

Jabłko

### Czwartek 11 kwietnia 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną

Kakao

Bułeczka grahamka z masłem

Twarożek z jogurtem naturalnym, szczypiorkiem, ziarenkami słonecznika i czerwona papryka

#### Drugie śniadanie

Lemoniada z truskawkami

#### Obiad

Barszczyk czerwony z warzywami i koperkiem


Kotlecik z indyka (panierowany, pieczony), ziemniaki ze szczypiorkiem,

Mizeria z rzodkiewką, szczypiorkiem i sosem jogurtowo - śmietankowym

Kompot z czarnej porzeczki

#### Podwieczorek

**DESER** – owocowa sałatka – z winogrona czerwonego i białego, mandarynek, kiwi, ananasa świeżego i gruszki – z dresingiem jogurtowo - waniliowym



## **JADŁOSPIS**

### **od 8 kwietnia 2019 r. do 12 kwietnia 2019 r.**

**Piątek 12 kwietnia 2019 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao z mlekiem

Chleb ziarnisty z masłem, pastą jajeczno – chrzanową ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym

#### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – rodzyнки sultanki, żurawina suszona, ziarna słonecznika

#### **Obiad**

Zupa kalafiorowa z marchewką, pietruszką i koperkiem

Paluszki rybne pieczone (własnej roboty), ziemniaczki z cebulką

Surówka z kiszonej kapusty, jabłek, marchewki i oliwy

Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawką, śliwką,

#### **Podwieczorek**

Soczek owocowy (100%, bez cukru)

Ciasteczko owsiane

#### **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.

W przedszkolu praktykowane jest (z powodzeniem i zadowoleniem) samodzielne komponowanie przez dzieci kanapeczek do śniadania.

