

## JADŁOSPIS

od 15 kwietnia 2019 r. do 19 kwietnia 2019 r.

### Poniedziałek 15 kwietnia 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,  
Kawa zbożowa na mleku,  
Chleb mieszany z masłem, pastą rybną (z makreli) i czerwoną papryką

#### Drugie śniadanie

Winogrono białe i czerwone

#### Obiad

Żurek z wiejską kielbasą, jajkiem, ziemniakami i majerankiem  
Spaghetti z mięsem i sosem pomidorowo - ziołowym  
Kompot owocowy

#### Podwieczorek

Banan

### Wtorek 16 kwietnia 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną  
Słodka chałka z masłem  
Płatki kukurydziane z mlekiem

#### Drugie śniadanie


**Zdrowa przekąska** – orzechy włoskie, płatki migdałów, rodzynki

#### Obiad

Zupa jarzynowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem, zabieleną śmietaną  
Kotlecik mielony z filetów drobiowych, ziemniaki z masłem  
Sałatka lodowa z sosem czosnkowo – koperkowym (na bazie jogurtu naturalnego)  
Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawką, śliwką, cukier

#### Podwieczorek

**DESER** – kisiel z jabłkiem i ciasteczkiem zbożowym





## JADŁOSPIS

od 15 kwietnia 2019 r. do 19 kwietnia 2019 r.

### Środa 17 kwietnia 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,  
Kawa z mlekiem

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb mieszany z masełkiem – a do niego – polędwica drobiowa, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, szczypiorek

#### Drugie śniadanie

Marcheweczka i kalarepa do chrupania

#### Obiad

Zupa ogórkowa z mięsem z indyka, marchewką, pietruszką, porem, selerem i ziemniakami  
Ryż gotowany na mleku z musem truskawkowym  
Kompot z rabarbaru, agrestu, wiśni, porzeczek, śliwek

#### Podwieczorek

**Owocowy półmisek** - melon, kiwi, mandarynka

### Czwartek 18 kwietnia 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną  
Kakao  
Chleb wiejski z masłem i żółtym serem

#### Drugie śniadanie

Plaster arbuza

#### Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem łazankowym, marchewką, pietruszką, porem, selerem, zabieleną śmietaną,  
Pieczeń rzymska (własnej roboty), ziemniaczki z koperkiem,  
**Bukiet warzyw gotowany na parze** – kalafior, brokuł, marchewka  
Kompot z czarnej porzeczki

#### Podwieczorek

Gruszka





BAJKA  
Przedszkole Miejskie Nr 3

## **JADŁOSPIS**

### **od 15 kwietnia 2019 r. do 19 kwietnia 2019 r.**

**Piątek 19 kwietnia 2019 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Mleko  
Bułeczka kielecka z masłem i miodem lipowym

#### **Drugie śniadanie**

Lemoniada z pomarańczą i limonką

#### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z jarzynami i zieleniną,  
Makaron z białym serem  
Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawką, śliwką,

#### **Podwieczorek**

Soczek owocowy (100%, bez cukru)

#### **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.

