

## JADŁOSPIS

od 20 maja 2019 r. do 24 maja 2019 r.

### Poniedziałek 20 maja 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,  
Kawa zbożowa na mleku,  
Kanapeczka z chleba ziarnistego z masłem, wiejską kielbasą, świeżym ogórkiem, jajkiem i szczypiorkiem

#### Drugie śniadanie

Marchewka i kolorowa papryka do chrupania

#### Obiad

Barszcz czerwony z ziemniakami, włoszczyzną i koperkiem  
Naleśniki Zielone (szpinakowe na słodko) z białym serem i musem z truskawek,  
Kompot owocowy

#### Podwieczorek

Gruszka

### Wtorek 21 maja 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną  
Płatki kukurydziane z mlekiem,  
Bułka kajzerka z masłem

#### Drugie śniadanie

½ banana

#### Obiad

Zupka fasolowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i majerankiem  
Gulasz z szynki wieprzowej z kaszą jęczmienną  
Sałatka z pomidorów malinowych, kiszzonego ogórka i oliwy z oliwek  
Kompot owocowy

#### Podwieczorek

**DESER** – ucierane ciasto (własnego wypieku) z cynamonem, jabłkami i śliwkami, herbatka z limonką



## JADŁOSPIS

od 20 maja 2019 r. do 24 maja 2019 r.

### Środa 22 maja 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,  
Kakao  
Rogal drożdżowy z masłem i dżemem owocowym (100% owoców)

#### Drugie śniadanie

Mandarynka

#### Obiad

Zupa koperkowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem, zabieleną śmietaną  
Łazanki z białą i kiszoną kapustą i mięsem drobiowym  
Kompot śliwkowy

#### Podwieczorek

**Samodzielne kanapeczki** – chleb zwykły z masłem – a do niego - szynka drobiowa, rzodkiewka, pomidorek koktajlowy, listki roszponki

### Czwartek 23 maja 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb graham z masłem  
Twarożek z jogurtem naturalnym, szczypiorkiem i ziarnami słonecznika,

#### Drugie śniadanie


½ jabłka

#### Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną, marchewką, pietruszką, porem, selerem, szczypiorkiem, zabieleny śmietaną  
Kotlecik z indyka (pieczony), ziemniaczki z koperkiem,  
Marchewka duszona z zielonym groszkiem  
Kompot z czarnej porzeczki

#### Podwieczorek

**DESER** – galaretką truskawkowa z kolorowym winogronem, bitą śmietaną i wiórkami gorzkiej czekolady



## **JADŁOSPIS**

### **od 20 maja 2019 r. do 24 maja 2019 r.**

**Piątek 24 maja 2019 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną i miodem

Kakao

Chleb ziarnisty z masłem, pastą chrzanowo – jajeczną ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym, pomidor malinowy

#### **Drugie śniadanie**

**Bakaliowa przekąska** – rodzynki, płatki migdałów, ziarna słonecznika

#### **Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem, włoszczyzną i świeżą natką

Paluszki rybne z miruny (własnej roboty), ziemniaczki zapiekane z ziołami,

Salatka lodowa z sosem czosnkowo – koperkowym na bazie jogurtu naturalnego i śmietany.

Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawka, śliwka,

#### **Podwieczorek**

Mus owocowy „Kubuś” – z marchewki, jabłek, bananów i truskawek, ciasteczko pełnoziarniste z żurawiną

#### **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.

