

JADŁOSPIS

od 1 lipca 2019 r. do 5 lipca 2019 r.

Poniedziałek 1 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kakao na mleku,
Chleb z masłem, żółtym serem, pomidorkiem malinowym i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

Obiad

Zupa z buraczków i świeżej botwinki z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem i ziemniakami, zabielały śmietaną
Makaron z białym serem i miodem,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka

Wtorek 2 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Płatki jaglane na mleku
Chleb graham z masłem i miodem

Drugie śniadanie

½ jabłka

Obiad

Zupa rosółowa z zacierką, marchewką, pietruszką, porem, selerem, lubczykiem i zieleniną
Kotlecik drobiowy (z filetów z kurczaka) panierowany w sezamie (wypiekany w piecu), ziemniaki młode z koperkiem
Zielona sałatka z sosem jogurtowo - śmietanowym
Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka, cukier

Podwieczorek

DESER – galareka owocowa z truskawkami, bitą śmietaną, wiórkami czekolady i prażonymi płatkami migdałów



JADŁOSPIS

od 1 lipca 2019 r. do 5 lipca 2019 r.

Środa 3 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kakao na mleku

Samodzielne kanapeczki – chleb ziarnisty z masłem – a do niego – szynka z indyka, czerwona i żółta papryka, rzodkiewka, listki roszponki, szczypiorek

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono – czerwone i białe

Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem i świeżą natką, zabelana śmietaną

Naleśniki z dżemem owocowym *(bez cukru, 100% owoców)*

Lemoniada z cytryną, limonką i melisą

Podwieczorek

Brzoskwinia

Czwartek 4 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną

Kawa na mleku

Chleb graham z masłem, pastą z jajek i białego sera, ze szczypiorkiem i kolorową papryką

Drugie śniadanie

Morela

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeżą natką

Bitki ze schabu w sosie własnym, ziemniaki ze szczypiorkiem,

Surówka z białej kapusty, marchewki i szczypiorku z dresingiem jogurtowym

Kompot wiśniowy

Podwieczorek

DESER – bananowa fantazja – mus z bananów i jogurtu naturalnego, mini pączek serowy



JADŁOSPIS

od 1 lipca 2019 r. do 5 lipca 2019 r.

Piątek 5 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Mleko

Bułeczka kajzerka z masłem i powidłem śliwkowym

Drugie śniadanie

Plaster arbuza, czerwona porzeczka

Obiad

Zupa kalafiorowa z włoszczyzną i szczypiorkiem

Kotlecik z ryby (miruna) wypiekany w piecu, młode ziemniaczki z koperkiem

Pomidorki malinowe z plasterkiem mozzarelli (w zalewie) ze szczypiorkiem i oliwą z oliwek

Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka,

Podwieczorek

Mus owocowy Kubuś (bez dodatku cukru) z jabłek, bananów, marchewki, truskawek

Nektarynka

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.

