

JADŁOSPIS

od 8 lipca 2019 r. do 12 lipca 2019 r.

Poniedziałek 8 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa na mleku,

Chleb z masłem, zielonym ogórkiem i sałatą masłową,

Kiełbaski słowiańskie (na ciepło) z keczupem, *(kiełbaski – mięso z filetów drobiowych 93% na 100g gotowego produktu; keczup – 184 g pomidorów na 100 g gotowego produktu)*

Drugie śniadanie

Borówka amerykańska

Obiad

Zupa brokułowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem i zieleniną, zabelana śmietaną

Spaghetti z mięsem wieprzowym, jarzynką i sosem z pomidorów, bazylii i tymianku

Kompot owocowy

Podwieczorek

Banan

Wtorek 9 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Mleko

Bułeczka kajzerka z masłem i konfiturą z wiśni

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – ziarna słonecznika, pestki dyni, orzechy włoskie

Obiad

Rosół drobiowy z marchewką, pietruszką, porem, selerem, lubczykiem i zieleniną

Nuggetsy drobiowe (pieczone), ziemniaki młode z koperkiem

Koperkowa sałatka – z kapusty pekińskiej, porów, jabłek, koperku, z sosem jogurtowym

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

Podwieczorek

DESER – galarteka truskawkowa z truskawkami i morelą, biszkopik

JADŁOSPIS

od 8 lipca 2019 r. do 12 lipca 2019 r.

Środa 10 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną

Kawa na mleku

Samodzielne kanapeczki - Chleb graham z masłem – a do niego – szynka z indyka, pomidorem malinowy, rzodkiewka, listki rukoli

Drugie śniadanie

Lemoniada cytrusowa z miętą – z pomarańczy, cytryny, limonki, miodu

Obiad

Zupa z zielonego groszku z ziemniakami, marchewka, pietruszka, porem, selerem, cebulką i czosnkiem,

Szpinakowe naleśniki na słodko – z białym serem i wiórkami czekolady

Kompot

Podwieczorek

Brzoskwinia

Czwartek 11 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną

Kakao na mleku

Bułeczka słodka z kruszonką i masłem

Drugie śniadanie

Zdrowy talerz – plaster melona, gruszki, słupki marchewki

Obiad

Zupa jarzynowa z marchewką, pietruszką, kalafiolem, brokułem, fasolką szparagową, brukselką, porem, selerem i świeżą natką


Kotlecik mielony wieprzowy, ziemniaki z koperkiem,

Sałatka z buraczków i jabłek

Kompot wiśniowy

Podwieczorek

DESER – ciasto biszkoptowe z rabarbarem (własnego wypieku)



JADŁOSPIS

od 8 lipca 2019 r. do 12 lipca 2019 r.

Piątek 12 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułka kielecka z masłem, filetem z makreli w pomidorach, z gotowanym jajkiem, szczypiorkiem i kiszonym ogórkiem

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono

Obiad

Krupnik zabieleny z włoszczyzną i świeżą natką

Pierogi ruskie z masłem

Mini marcheweczki – gotowane na parze

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

Podwieczorek

Jabłko

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.

