

JADŁOSPIS
od 15 lipca 2019 r. do 19 lipca 2019 r.

Poniedziałek 15 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa z mlekiem,

Samodzielne kanapeczki - Chleb ziarnisty z masłem – a do niego – poledwica z kurczaka,
pomidorki koktajlowe, zielona sałata

Drugie śniadanie

Kalarepka do chrupania

Obiad

Żurek z wiejską kielbasą, jajkiem, ziemniakami, czosnkiem i majerankiem,
Ryż na mleku z musem jogurtowo - truskawkowym
Kompot owocowy

Podwieczorek

Nektarynka

Wtorek 16 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Płatki kukurydziane na mleku
Bułeczka pszenna z masłem i miodem

Drugie śniadanie

Owocowy półmisek – krażki świeżego ananasa, winogrono czerwone i białe

Obiad

Zupka z kalafiora z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeżą natką
Kotlecik z filetów z indyka w panierce - wypiekany w piecu, ziemniaki młode z koperkiem
Salatka Caprese – z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, pomidorów malinowych, sera mozzarella (w zalewie) z sosem winegret
Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka, cukier

Podwieczorek

Gruszka



JADŁOSPIS

od 15 lipca 2019 r. do 19 lipca 2019 r.

Środa 17 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa na mleku

Chleb pytlowy z masłem, pieczoną poledwiczka wieprzowa (własnej roboty), świeżym ogórkiem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

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

Łazanki ze słodkiej kapusty z mięsem z kurczaka i cebulką

Kompot śliwkowy

Podwieczorek

DESER – koktajl „Bananowy Shrek” – z jogurtu greckiego, bananów i świeżego szpinaku baby

Czwartek 18 lipca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułka grahamka z masłem, twarożkiem czosnkowo – koperkowym i rzodkiewką

Drugie śniadanie

Plaster arbuza

Obiad

Zupa owocowa z groszkiem ptysiowym


Kiełbaski „rumuńskie” z cebulką i czerwoną papryką (własnej roboty), ziemniaki ze szczypiorkiem,

Marchewka duszona na maśle

Kompot truskawkowy

Podwieczorek

DESER – „drożdżowe cuda wianki” – pyszne jagodzianki (ciasto drożdżowe z jagodami leśnymi – własnego wypieku)



JADŁOSPIS

od 15 lipca 2019 r. do 17 lipca 2019 r.

Piątek 19 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, żółtym serem i pomidorem malinowym

Drugie śniadanie

Morela

Obiad

Zupa pomidorowa z zacierką, talarkami marchewki, pietruszki, ze świeżą natką

Filet z miruny (pieczony metodą vario), ziemniaczki z koperkiem,

Surówka z kiszonej kapustki, jabłek i marchewki

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

Podwieczorek

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

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.

