



ŻŁOBEK MIEJSKI

W LEŻAJSKU

JADŁOSPIS

od 16 września 2019 r. do 20 września 2019 r.

Poniedziałek 16 września 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa z mlekiem,

Samodzielne kanapeczki - Chleb ziarnisty z masłem – a do niego – poledwica drobiowa, rzodkiewka, kiszony ogórek, żółta papryka

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – rodzyнки, suszona żurawina, orzechy włoskie

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej z wiejską kielbasą, z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką
Spaghetti z sosem pomidorowo – ziołowym, mięsem i warzywami
Kompot owocowy

Podwieczorek

Nektarynka

Wtorek 17 września 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Mleko
Kajzerka z masłem i dżemem truskawkowym

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrona

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiolem, brokułem, brukselką, fasolką szparagową, marchewką, pietruszką, porem, selerem i cebulką
Nuggetsy z indyka w panierce (wypiekane w piecu), ziemniaki ze szczypiorkiem
Salatka Caprese – z sałaty lodowej, rukoli, świeżej bazylii, serka mozzarella (w zalewie), pomidorków koktajlowych
Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawka, śliwka, cukier

Podwieczorek

DESER – Shake bananowy z malinami





ŻŁOBEK MIEJSKI

W LEŻAJSKU

JADŁOSPIS

od 16 września 2019 r. do 20 września 2019 r.

Środa 18 września 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb z masłem, kielbasą żywiecką (119 g mięsa wieprzowego na 100g gotowego wyrobu), pomidorem malinowym i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Kiwi, brzoskwinia

Obiad

Zupka wiejska z mięsem z indyka ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, biała kapusta, cebulką i świeżą natką

Naleśniki pszenno – gryczane z białym serem

Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka

Czwartek 19 września 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułeczka z masłem, pastą jajeczną, świeżym ogórkiem i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Chrupki a ananasa (100% owoc)

Obiad

Zupa owocowa z truskawek i wiśni z groszkiem ptysiowym

Kielbaski rumuńskie (własnej roboty z szynki wieprzowej), ziemniaki z koperkiem

Marchewka duszona na maśle

Kompot z porzeczek

Podwieczorek

DESER – sok z marchewki, jabłek i buraczków – świeżo wyciskany





ŻŁOBEK MIEJSKI

W LEŻAJSKU

JADŁOSPIS

od 16 września 2019 r. do 20 września 2019 r.

Piątek 20 września 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, żółtym serem, zieloną sałatą i rzodkiewką

Drugie śniadanie

Lemoniada z cytryną i świeżą miętą

Obiad

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

Ryba (miruna) pieczona w panierce, ziemniaczki ze szczypiorkiem

Surówka z kiszonej kapusty, z jabłkami i marchewką

Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawką, śliwką,

Podwieczorek

DESER – drożdżowe cuda wianki – pyszne jagodzianki

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.

