

## JADŁOSPIS

od 23 września 2019 r. do 27 września 2019 r.

### Poniedziałek 23 września 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,  
Płatki ryżowe na mleku  
Bułka kielecka z masłem i powidłem śliwkowym

#### Drugie śniadanie

Marcheweczki i rzodkiewki do chrupania

#### Obiad

Krupnik zabielały z mięsem z kurczaka, kaszą jęczmienną, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem  
Racuchy drożdżowe z owocami (brzoskwinia, borówka amerykańska) i jogurtem naturalnym  
Kompot owocowy

#### Podwieczorek

Herbata z cytryną  
Chleb mieszany z masłem  
Paróweczki drobiowe na gorąco z ketchupem *(parówki – 93% mięsa drobiowego na 100g gotowego produktu)*

### Wtorek 24 września 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa  
Kawa z mlekiem  
Chleb ziarnisty z masłem, żółtym serem, kolorową papryką i listkami rukoli

#### Drugie śniadanie


Banan

#### Obiad

Barszcz czerwony z jajkiem, warzywami i koperkiem  
Zrazy wieprzowo – drobiowe w sosie własnym, kasza jęczmienna  
Surówka z białej kapusty, pora, marchewki z dresingiem jogurtowo – koperkowym  
Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawką, śliwką, cukier

#### Podwieczorek

**DESER** – muffinki waniliowe (własnego wypieku), herbatka z limonką



## JADŁOSPIS

od 23 września 2019 r. do 27 września 2019 r.

**Środa 25 września 2019 r.**

### **Śniadanie**

Herbata z cytryną,  
Kakao

**Samodzielne kanapeczki** – bułeczka kajzerka z masłem – a do niej – szynka wieprzowa, pomidor malinowy, świeży ogórek, szczypiorek

### **Drugie śniadanie**

Śliwka węgierka

### **Obiad**

Zupa gulaszowa z warzywami  
Pierogi leniwe z maselkiem  
Kompot owocowy

### **Podwieczorek**

**DESER – Shake owocowy** – z bananów, truskawek, malin i jogurtu naturalnego

**Czwartek 26 września 2019 r.**

### **Śniadanie**

Herbata owocowa  
Mleko

Chałka z masłem i dżemem truskawkowym *(100% owoców, bez dodatku cukru)*

### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – ziarna słonecznika, suszona żurawina

### **Obiad**

Zupa z groszku łupanego z wiejską kielbasą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką,  
Kotlet z indyka panierowany (pieczony), ziemniaki z koperkiem  
Sałatka z sałaty lodowej, pomidorków koktajlowych z sosem czosnkowym na bazie jogurtu greckiego  
Kompot wiśniowy

### **Podwieczorek**

Brzoskwinia





## **JADŁOSPIS**

### **od 23 września 2019 r. do 27 września 2019 r.**

**Piątek 27 września 2019 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Chleb mieszany z masłem, pasztetem drobiowym i kiszonym ogórkiem

#### **Drugie śniadanie**

Gruszka

#### **Obiad**

Zupa koperkowa z klopsikami rybnymi (z miruny), marchewką, pietruszką, selerem  
Makaron kolorowy z białym serem

**Marchewkowa surówka** – z marchewki i jabłek z jogurtem naturalnym

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

#### **Podwieczorek**

Soczek owocowy i mini paczki serowe

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.

