

JADŁOSPIS

od 30 września 2019 r. do 4 października 2019 r.

Poniedziałek 30 września 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – bułeczka kielecka z masłem – a do niej – szyneczka drobiowa, pomidor koktajlowy, ser żółty, zielona sałata

Drugie śniadanie

½ szklanki soku z owoców

Obiad

Kapuśniak z białej kapusty z mięsem wieprzowym, pomidorami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, kminkiem i koperkiem

Naleśniki z dżemem owocowym i straciatellą z gorzką czekoladą

Kompot owocowy

Podwieczorek

Nektarynka

Wtorek 1 października 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Kawa z mlekiem

Kanapeczki z chleba pytlowego z masłem, gotowanym jajkiem, pomidorem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Śliwka węgierka

Obiad

Zupa ogórkowa z warzywami i koperkiem, zabieleną śmietaną


Bitko schabowe w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,

Fasolka szparagowa i mini marcheweczki – gotowane na parze

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

Podwieczorek

DESER – owocowa sałatka z białego i czderwonego winogrona, arbuza, brzoskwiń, kiwi z bitą śmietanką



JADŁOSPIS

od 30 września 2019 r. do 4 października 2019 r.

Środa 2 października 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Bułeczka kajzerka z masłem i powidłem śliwkowym
Zupa mleczna z zacierką

Drugie śniadanie

Marchewka i kolorowa papryka do chrupania

Obiad

Żurek z ziemniakami wiejska kiełbasa, majerankiem
Gołąbki „bez zawijania” z kasz – gryczanej, jęczmiennej, manny i ryżu, z mięsem wieprzowym,,
cebulką i sosem pomidorowym
Kompot malinowy

Podwieczorek

Banan

Czwartek 3 października 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Mleko
Bułeczka grahamka z masłem i miodem

Drugie śniadanie


Jabłko

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiorem, brokułem, zielonym groszkiem, ziemniakami, marchewką,
pietruszką, porem, selerem, cebulką i świeżą natką
Nuggetsy z fileta drobiowego (pieczone w piecu), ziemniaki z koperkiem
Mizeria z rzodkiewką i szczypiorkiem z sosem jogurtowo - śmietankowym
Kompot borówkowy

Podwieczorek

DESER – kisiel i ciasteczko pełnoziarniste z żurawiną



JADŁOSPIS

od 30 września 2019 r. do 4 października 2019 r.

Piątek 4 października 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Chleb wieloziarnisty z masłem, twarogiem koperkowym i kolorową papryką

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – daktyle, rodzynki i żurawina

Obiad

Zupa dyniowo – pomidorowa z makaronem, warzywami i świeżą natką

Paluszki rybne z miruny (własnej roboty), ziemniaki z koperkiem,

Sałatka pekińska – z kapusty pekińskiej, kiszzonego ogórka, kukurydzy i jajek z sosem jogurtowo – czosnkowym i ziarenkami czarnuszki

Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawka, śliwka,

Podwieczorek

Soczek owocowy

Gruszka

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.

