

Przedszkole Miejskie  
Nr 4  
w Leżajsku

## JADŁOSPIS

od 21 października 2019 r. do 25 października 2019 r.

### Poniedziałek 21 października 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb pytlowy z masłem – a do niego – kiełbasa żywiecka, rzodkiewka, szczypiorek

#### Drugie śniadanie

Kalarepka do chrupania

#### Obiad

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, porem, selerem, majerankiem, czosnkiem,

Makaron wieloziarnisty z białym serem i miodem lipowym,

Kompot owocowy

#### Podwieczorek

**DESER** – kolorowy budyń (śmietanowo – czekoladowy) z ciasteczkami żurawinowym

### Wtorek 22 października 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułeczka grahamka z masłem, pastą rybną, kolorową papryką i sałatką masłową

#### Drugie śniadanie

Rzodkiewka

#### Obiad

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

Kotlecik mielony drobiowy (pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem

Marchewkowa surówka – z marchewki i jabłek,

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

#### Podwieczorek

Pomarańcza



## JADŁOSPIS

od 21 października 2019 r. do 25 października 2019 r.

### Środa 23 października 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną,  
Kakao z mlekiem  
Bułka pszenna z masłem, kielbasą drobiową podsuszana, pomidorkiem malinowym i szczypiorkiem

#### Drugie śniadanie

kolorowe winogrono,

#### Obiad

Kapuśniak ze świeżej kapusty z wiejską kielbasą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem  
Kopytka z masłem i prażoną bułką tartą  
Kompot owocowy

#### Podwieczorek

Soczek owocowy, bułeczka drożdżowa z jagodami

### Czwartek 24 października 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb z masłem, pastą jajeczną, pomidorkiem koktajlowym i zieloną sałata

#### Drugie śniadanie


Papryka kolorowa do chrupania

#### Obiad

Zupa nylonowa z kaszą manną, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Połędwiczki wieprzowe w sosie własnym, ziemniaki ze szczypiorkiem  
**Kolorowa sałatka** – z kapusty pekińskiej, pomidorów, świeżych ogórków, kukurydzy, rzodkiewki, z sosem winegret i ziarenkami czarnuszki  
Kompot malinowy

#### Podwieczorek

**DESER** – mus jabłkowo – dyniowy z biszkopciem



## JADŁOSPIS

od 21 października 2019 r. do 25 października 2019 r.

**Piątek 25 października 2019 r.**

### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Zupa mleczna z płatkami owsianymi  
Chleb z masłem i żółtym serem

### **Drugie śniadanie**

Figa świeża

### **Obiad**

Barszczyk czerwony z ziemniakami, fasolką, kapustą włoską, czosnkiem i włoszczyzną  
Kotlecik z ryby (miruna, pieczona w piecu), ziemniaki z cebulką,  
Surówka z kiszonej kapusty, jabłek, marchewki i oliwy z oliwek  
Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka,

### **Podwieczorek**

Nektarynka

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.

