

## JADŁOSPIS

od 4 listopada 2019 r. do 8 listopada 2019 r.

### Poniedziałek 4 listopada 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną  
Bułeczka grahamka z masłem i miodem  
Płatki ryżowe na mleku

#### Drugie śniadanie

Kiwi

#### Obiad

Żur z wiejską kielbasą, jajkiem i ziemniakami  
Naleśniki z białym serem i musem jabłkowym  
Kompot owocowy

#### Podwieczorek

Gruszka

### Wtorek 5 listopada 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa  
Kakao  
Rogal maślany z masłem i dżemem truskawkowym *(100% owoców bez dodatku cukru)*

#### Drugie śniadanie

Plaster żółtego melona

#### Obiad

Zupa z porów z marchewką, pietruszką, selerem i świeżą natką  
Kotlecik mielony drobiowy (pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem  
Mizeria ze szczypiorkiem i sosem jogurtowo - śmietanowym  
Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka, miód

#### Podwieczorek

**DESER** – jogurt bananowy z cisteczką owsianą z ziarnami słonecznika



## JADŁOSPIS

od 4 listopada 2019 r. do 8 listopada 2019 r.

### Środa 6 listopada 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb ziarnisty z masłem, pasta jajeczno – chrzanowa, pomidorem malinowym i szczypiorkiem

#### Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

#### Obiad

Zupka fasolowa z włoszczyzną

Łazanki z białą i kiszoną kapustą i mięsem drobiowym

Kompot malinowy

#### Podwieczorek

Herbata z limonką

Paróweczki drobiowe na ciepło, ketchup,

Chleb pszenny z masłem

### Czwartek 7 listopada 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa

Kawa zbożowa

Chleb graham z masłem, kielbasą wiejską, kolorową papryką i rukolą

#### Drugie śniadanie

Kalarepka

#### Obiad

Zupa brokułowo – kalafiorowa z mięsem drobiowym, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką

Bitki schabowe w sosie własnym, kasza jęczmienna na sypko

**Warzywa gotowane na parze** – fasolka szparagowa zielona i żółta,

Kompot truskawkowy

#### Podwieczorek

**DESER** – owocowa sałatka (winogrono białe, winogrono czerwone, mango, brzoskwinie i mandarynki)



## **JADŁOSPIS**

### **od 4 listopada 2019 r. do 8 listopada 2019 r.**

**Piątek 8 listopada 2019 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb ziarnisty z masłem, twarogiem z rzodkiewką i szczypiorkiem, pomidorek malinowy

#### **Drugie śniadanie**

Plaster świeżego ananasa

#### **Obiad**

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieloną

Paluszki rybne (własnej roboty, pieczone w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Surówka z kiszonej kapusty, marchewki, jabłek i zielonej cebulki

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

#### **Podwieczorek**

Mus owocowy z jabłek, bananów, marchewki i truskawek,

Jabłko

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.

