

JADŁOSPIS

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

Poniedziałek 4 listopada 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – chleb pytlowy z masłem – a do niego – szynka wieprzowa, ser żółty, kiszony ogórek, rzodkiewka, listki roszponki

Drugie śniadanie

Winogrono białe i czerwone

Obiad

Zupa grochowa z groszku łupanego ze swojską kielbasą, ziemniakami, włoszczyzną i majerankiem

Risotto z mięsem z indyka, warzywami i sosem pomidorowym

Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka

Wtorek 5 listopada 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Mleko

Bułeczka z kruszonką, masłem i miodem lipowym

Drugie śniadanie

Bakaliowy przysmak – orzechy włoskie, rodzynki, ziarna słonecznika,

Obiad

Rosół drobiowo – wołowy z kluseczkami, marchewką, pietruszką, porem selerem i lubczykiem

Nuggetsy z kurczaka pieczone w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Salatka z kapusty pekińskiej, jabłek i czerwonej cebulki z sosem jogurtowym

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

Podwieczorek

DESER – Shake bananowy z awokado i jogurtem naturalnym



JADŁOSPIS

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

Środa 6 listopada 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb mieszany z masłem, pomidorkiem malinowym i szczypiorkiem
Kielbaski słowiańskie (na ciepło)

Drugie śniadanie

Mango, ananas

Obiad

Barszcz czerwony z mięsem wieprzowym, jajkiem i ziemniaczkami
Makaron z prażonymi jabłkami i cynamonem
Kompot malinowy

Podwieczorek

Pomarańcza

Czwartek 7 listopada 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Kakao
Bułeczka pszenno – żytnia z masłem, białym serem i pomidorkami koktajlowymi

Drugie śniadanie

Figa świeża

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką
Kotlet mielony wieprzowy (pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem,
Sałatka wiosenna – z sałaty lodowej, koperku z dresingiem jogurtowo – czosnkowym
Kompot truskawkowy

Podwieczorek

DESER – kisiel z czerwonych owoców (truskawek i wiśni) własnej roboty





BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3
w Leżajsku

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 wiejski z masłem, pastą rybną i kolorową papryką

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami, włoską kapustą, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Pierogi ruskie z masłem
Mini marcheweczki gotowane na parze
Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawką, śliwką,

Podwieczorek

Soczek owocowy
Ciasteczko zbożowe

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.

