

## JADŁOSPIS

od 12 listopada 2019 r. do 15 listopada 2019 r.

### Wtorek 12 listopada 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa

Mleko

Rogal z masłem i dżemem owocowym (100% owoców, bez dodatku cukru)

#### Drugie śniadanie

**Owocowy talerz** – gruszka, melon, kiwi

#### Obiad

Zupa pieczarkowa z tartym ciastem, marchewką, pietruszką, selerem i świeżą natką

Kiełbaski rumuńskie z czerwoną papryką, ziemniaczki z koperkiem

Fasolka szparagowa gotowana na parze

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

#### Podwieczorek

**DESER** – pieczone jabłko z włoskimi orzechami i miodem lipowym

### Środa 13 listopada 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa

Kawa zbożowa z mlekiem

**Samodzielne kanapeczki** – chleb mieszany z masłem – a do niego – polędwica drobiowa (z indyka), sałatka lodowa, pomidorek malinowy, żółta papryka

#### Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

#### Obiad

Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty z mięsem wieprzowym, ziemniakami, włoszczyzna i świeżym koperkiem

Szpinakowe naleśniki z białym serem (na słodko)

Kompot malinowy

#### Podwieczorek

Banan



## JADŁOSPIS

od 12 listopada 2019 r. do 15 listopada 2019 r.

### Czwartek 14 listopada 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata owocowa  
Kawa zbożowa  
Chleb ziarnisty z masłem, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem

#### Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono

#### Obiad

Zupa brokułowa ze świeżego brokuła, z marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i koprem  
Gulasz drobiowy (z kurczaka), kasza gryczana  
**Salatka ogórkowa** – z kiszonych ogórków, cebulki czerwonej i szczypiorku  
Kompot śliwkowy

#### Podwieczorek

**Kanapka** – bułeczka kajzerka z masłem, żółtym serem i pomidorem  
Herbatka z cytryną

### Piątek 15 listopada 2019 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną  
Kakao  
Bułeczka pszenna z masłem, twarożkiem jogurtowym z rzodkiewką i koperkiem

#### Drugie śniadanie

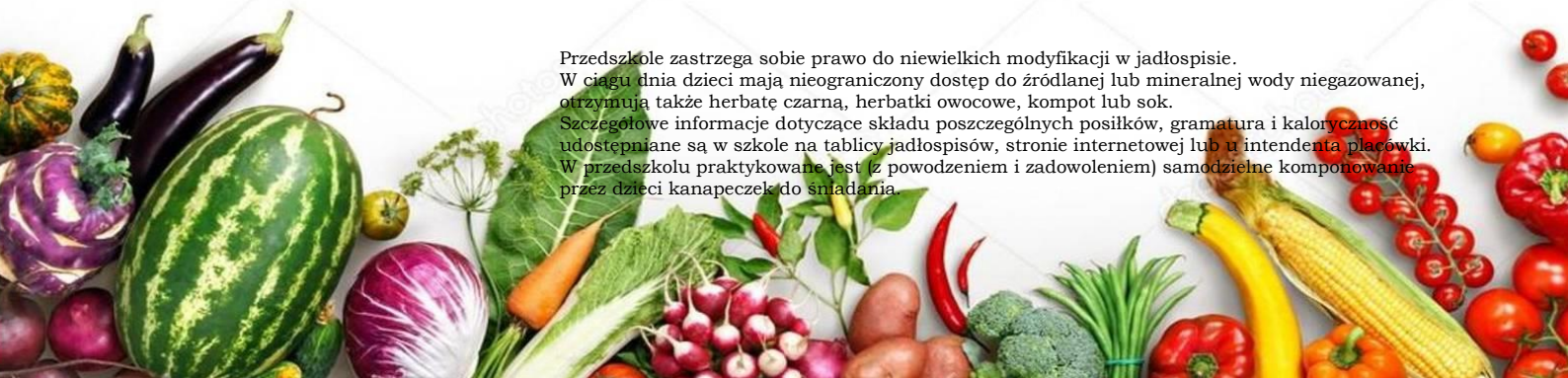
Pomidorki koktajlowe

#### Obiad

Zupka owocowa (z wiśni i truskawek) z groszkiem ptysiowym  
Kotlecik z ryby (miruna, pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem,  
Cwikła  
Herbatka z sokiem malinowym

#### Podwieczorek

Mus owocowy z jabłek, bananów, marchewki i truskawek,



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.