

JADŁOSPIS

od 2 grudnia 2019 r. do 6 grudnia 2019 r.

Poniedziałek 2 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kanapka z bułeczki kieleckiej z zieloną sałatą i gotowanym jajkiem
Płatki kukurydziane z mlekiem

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupa buraczkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,
Risotto z mięsem wieprzowo - drobiowym, jarzynami i sosem pomidorowym
Kompot owocowy

Podwieczorek

Pomarańcza

Wtorek 3 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i miodem
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb graham z masłem i pastą z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku

Drugie śniadanie

Sok owocowy (jabłkowy)

Obiad

Zupa ze świeżych pieczarek z zacierką, marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeżą natką
Połędwiczki wieprzowe w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem
Czerwona kapustka z cebulką i oliwą z oliwek
Kompot porzeczkowy,

Podwieczorek

Herbata z cytryną, drożdżówka z brzoskwinia



JADŁOSPIS

od 2 grudnia 2019 r. do 6 grudnia 2019 r.

Środa 4 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kakao
Chałka z masłem i dżemem truskawkowym (100% owoców, bez cukru)

Drugie śniadanie

Winogrono białe i czerwone

Obiad

Zupa gulaszowa z mięsa wieprzowego, z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, czerwoną papryką i świeżą natką
Makaron wypiekany z jabłkami i cynamonem, z musem jogurtowo - waniliowym
Kompot owocowy

Podwieczorek

Herbata z cytryną, Kanapeczka z chleba pyłowego z masłem, wiejską kielbasą, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem

Czwartek 5 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Kawa z mlekiem
Kanapeczki z chleba z masłem, z pieczonym filetem z indyka (własnego wypieku), z pomidorem malinowy, listkami rukoli i kolorową papryką

Drugie śniadanie

½ banana

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Pieczeń rzymska z sosem (własnej roboty), ziemniaki z koperkiem
Mizeria ze szczypiorkiem i sosem jogurtowo - śmietanowym
Kompot malinowy

Podwieczorek

Gruszka, owsiane ciasteczko



JADŁOSPIS

od 2 grudnia 2019 r. do 6 grudnia 2019 r.

Piątek 6 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułeczka kajzerka z masłem, żółtym serem, świeżym ogórkiem i rzodkiewką

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupka grysikowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeżą natką

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

Surówka z kiszonej kapusty, jabłek, cebulki i szczypiorku z oliwą z oliwek

Kompot z owoców - porzeczką, wiśnią, truskawką, śliwką,

Podwieczorek

DESER – czerwona owocowa galaretką z bitą śmietaną, świeżym ananasem i wiórkami gorzkiej czekolady

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.

