

JADŁOSPIS

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

Poniedziałek 2 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb pytłowy z masłem, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem
Kiełbaski słowiańskie z ketchupem

Drugie śniadanie

Mandarynki

Obiad

Zupka ze świeżego brokuła z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Risotto z mięsem wieprzowym, jarzynami i sosem pomidorowym
Kompot owocowy

Podwieczorek

Drożdżóweczka z brzoskwinia

Wtorek 3 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Mleko,
Chałka z masłem i miodem lipowym

Drugie śniadanie

Zdrowa przekąska - ziarna słonecznika, pestki dyni, słupki marchewki

Obiad

Rosół drobiowo – wołowy z makaronem, z marchewką, pietruszką, porem, selerem, lubczykiem i świeżą natką
Nuggetsy z kurczaka (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem
Kolorowa sałatka – surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, pomidorami malinowymi, czerwoną cebulą i dresingiem jogurtowym
Kompot porzeczkowy,

Podwieczorek

Gruszka



JADŁOSPIS

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

Środa 4 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki - Chleb ziarnisty z masłem – a do niego – polędwica drobiowa, ser żółty, listki roszponki, pomidorki koktajlowe, szczypiorek

Drugie śniadanie

Herbatka owocowa – ziołowa, mini pączki serowe

Obiad

Barszcz czerwony z jajkiem, ziemniakami i koperkiem

Łazanki z mięsem z kurczaka i słodką kapustą

Kompot owocowy

Podwieczorek

Banan

Czwartek 5 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Kakao

Bułeczka kajzerka z masłem i twarogiem z rzodkiewką i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Cząstki jabłka

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną


Rumuńskie kielbaski z papryką (własnej roboty), ziemniaki z koperkiem

Kalafior gotowany na parze

Kompot malinowy

Podwieczorek

DESER – koktajl jogurtowo – truskawkowy z wiórkami gorzkiej czekolady, cząstki pomarańczy



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 kielecka z masłem, filetem z makreli w sosie pomidorowym i kolorową papryką

Drugie śniadanie

Owocowy półmisek – winogrono białe i czerwone, plaster ananasa, mandarynki

Obiad

Krupnik z kaszy jęczmiennej z z mięsem z kurczaka, z marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeża natka

Pierogi ruskie z masłem

Mini marcheweczki gotowane na parze

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

Podwieczorek

Soczek (mus) owocowy

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.

