

JADŁOSPIS

od 9 grudnia 2019 r. do 13 grudnia 2019 r.

Poniedziałek 9 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb graham z masłem, szynką drobiową, sałatka masłowa i kolorowa papryka

Drugie śniadanie

Marchewka i jabłko

Obiad

Żurek z jajkiem, ziemniakami, wiejską kielbasą, czosnkiem i majerankiem

Naleśniki z białym serem i musem z truskawek

Kompot owocowy

Podwieczorek

Pomarańcza

Wtorek 10 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i miodem

Płatki ryżowe na mleku

Bułeczka kielecka z masłem i żółtym serem

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – żurawina suszona, rodzynki, ziarna słonecznika

Obiad

Zupka z groszku łupanego z marchewką, pietruszką, porem, selerem, czosnkiem i świeża natką

Gulasz z indyka, kasza jęczmienna,

Sałatka Caprese – z sałaty lodowej, rukoli, bazylii, pomidorów malinowych i serka mozzarella

kulka z dresingiem z oliwy, czosnku i cytryny

Kompot porzeczkowy,

Podwieczorek

Owocowy talerz – ananas świeży, banan, kiwi



JADŁOSPIS

od 9 grudnia 2019 r. do 13 grudnia 2019 r.

Środa 11 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kakao

Chleb pytlowy z masłem, kielbasa szynkowa, pomidorem, szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Winogrono białe i czerwone

Obiad

Zupa ogórkowa z kaszą jaglaną, z marchewką, pietruszką, porem, selerem, koperkiem, zabieleną śmietaną

Kopytka z masłem

Surówka z kiszanej kapusty z jabłkami, marchewką i zieloną cebulką

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – waniliowo – kakaowe pyszności z wisienką (*budyń waniliowy, budyń czekoladowy, wiśnie*)

Czwartek 12 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Kawa z mlekiem

Chleb graham z masłem, pastą z białego sera, z rzodkiewką, ziarnami prażonego słonecznika i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami, kalaflorem, zielonym groszkiem, fasolką, szparagową, brokułem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Schab duszony w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem

Ćwikła z chrzanem

Kompot z czarnych porzeczek

Podwieczorek

Banan



JADŁOSPIS

od 9 grudnia 2019 r. do 13 grudnia 2019 r.

Piątek 13 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb pytlowy z masłem, gotowanym jajkiem, pomidorem, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Mango

Obiad

Zupka pomidorowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeżą natką

Kotlecik mielony z ryby miruny (pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem

Mizeria z rzodkiewką, szczypiorkiem i dresingiem jogurtowo – śmietanowym

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

Podwieczorek

DESER – ciasto piernik (własnego wypieku)

Soczek 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.

