

JADŁOSPIS

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

Poniedziałek 9 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – chleb z masłem – a do niego – kielbasa krakowska podsuszana, rzodkiewka, listki roszponki, żółta papryka

Drugie śniadanie

Cząstki gruszki i Jabłka

Obiad

Zupka pieczarkowa ze świeżych pieczarek z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeża natką

Leczo warzywno mięsne z cukinią, czerwoną papryką, pomidorami, ziemniaczki z koperkiem

Kompot owocowy

Podwieczorek

Banan

Wtorek 10 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i miodem

Zupka mleczna z kaszą jaglaną i rodzynkami,

Bułka z kruszonką i masłem

Drugie śniadanie

Przekąska – ziarna słonecznika, pestki dyni, marcheweczki słupki do chrupania

Obiad

Zupka wiosenna z ziemniakami, kalafiorem, brokułem, fasolką szparagową, marchewką, pietruszką, porem, selerem i świeża natką

Filet drobiowy pieczony w sezamie, ryż brązowy,

Sałatka marchewkowa – z marchewki i jabłek

Kompot porzeczkowy,

Podwieczorek

DESER – sałatka owocowa – z brzoskwiń, ananasa, winogrono czerwone, kiwi, banan



JADŁOSPIS

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

Środa 11 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa zbożowa z mlekiem
Bułka pszenna z masłem, polędwicą z indyka, czerwoną papryką i świeżym ogórkiem

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupa krem z zielonego groszku z grzankami ziołowymi
Kopytka z masłem
Kompot owocowy

Podwieczorek

Soczek owocowy, ciasteczko owsiane

Czwartek 12 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną i miodem
Kakao z mlekiem
Bułeczka pszenna z masłem, żółtym serem, pomidorem malinowym i zieloną sałatą

Drugie śniadanie

Papryczka kolorowa, kalarepa

Obiad

Zupa ze świeżego kalafiora z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Schab pieczony w sosie własnym, Kaszotto z kaszy gryczanej, jaglanej i jęczmiennej,
Buraczki na ciepło
Kompot z czarnych porzeczek

Podwieczorek

DESER – szarlotka w pucharku z serkiem mascarpone i płatkami migdałów



JADŁOSPIS

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

Piątek 13 grudnia 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kakao
Rogal maślany z masłem i konfiturą owocową

Drugie śniadanie

Winogrono kolorowe

Obiad

Barszcz czerwony z ziemniakami i włoszczyzną
Klopsiki rybne w sosie koperkowym, ziemniaki ze szczypiorkiem
Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, ogórkiem szklarniowym i sosem jogurtowo – czosnkowym
Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka,

Podwieczorek

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.

