

## JADŁOSPIS

od 13 stycznia 2020 r. do 17 stycznia 2020 r.

### Poniedziałek 13 stycznia 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Chleb mieszany z maselkiem, połówką z kurczaka, sałatą lodową i czerwoną papryką

#### **Drugie śniadanie**

Kolorowe winogrono (czerwone i białe)

#### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z włoszczyzną i koperkiem

Risotto z jarzynami, mięsem wieprzowym i sosem pomidorowym

Kompot śliwkowy

#### **Podwieczorek**

**DESER** – kisiel z truskawek i wiśni z owsianym ciasteczkiem

### Wtorek 14 stycznia 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z sokiem malinowym

Bułeczka z kruszonką, masłem i miodem

Płatki kukurydziane z mlekiem

#### **Drugie śniadanie**

Truskawki suszone (chips)

#### **Obiad**

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, cebulką i zieleniną

Filet z indyka w panierce sezamowej, ziemniaki z maselkiem,

**Marchewkowa surówka** – z marchewki i jabłek

Kompot wielowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

Pomarańcza



## JADŁOSPIS

od 13 stycznia 2020 r. do 17 stycznia 2020 r.

### Środa 15 stycznia 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – chleb graham z masłem – a do niego – szynka wieprzowa, pomidorki koktajlowe, listki roszponki

#### **Drugie śniadanie**

Kalarepka do chrupania

#### **Obiad**

Kapuśniaczek z kiszonej kapusty z mięsem wieprzowym, ziemniakami, marchewka, pietruszka, porem, selerem i zielenina

Racuchy drożdżowe z jabłkami

Kompot ze śliwek

#### **Podwieczorek**

Banan

### Czwartek 16 stycznia 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem

#### **Drugie śniadanie**

Melon

#### **Obiad**

Zupka ze świeżego brokuła z ziemniakami, włoszczyzna i szczypiorkiem

Gulasz drobiowy z czerwoną papryką i Kaszotto (z kasz gryczanej),

Ćwikła

Kompot z wiśni

#### **Podwieczorek**

**DESER** – kolorowe galaretki z mandarynką





**ŻŁOBEK MIEJSKI  
W LEŻAJSKU**

## **JADŁOSPIS**

**od 13 stycznia 2020 r. do 17 stycznia 2020 r.**

**Piątek 17 stycznia 2020 r.**

### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Kajzerka z masłem, i twarożkiem z jogurtem i rzodkiewką

### **Drugie śniadanie**

Mini paczki serowe

### **Obiad**

Zupa jarzynowa z ziemniakami, brokułem, kalafiolem, brukselką, zielonym groszkiem i włoszczyzną  
Kotlet mielony z miruny (pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem,  
Surówka z kiszanej kapustki z marchewką, jabłkiem i oliwą z oliwek  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

### **Podwieczorek**

Gruszka

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.

