

JADŁOSPIS

od 20 stycznia 2020 r. do 24 stycznia 2020 r.

Poniedziałek 20 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułeczka kielecka z masłem, żółtym serem, pomidorkiem koktajlowym i listkami rukoli.

Drugie śniadanie

½ soku 100% owoców (z jabłek i marchewki)

Obiad

Zupka z groszku łupanego z wiejską kiełbasą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, czosnkiem i majerankiem

Makaron pełnoziarnisty z białym serem i miodem,

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – kisiel owocowy i ciasteczko pełnoziarniste z żurawiną

Wtorek 21 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z sokiem malinowym

Kawa zbożowa z mlekiem

Kanapeczka z chleba pytlowego z masłem, pasztetem drobiowym, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupa pomidorowa z zacierką, marchewką, pietruszką, porem, cebulką i zieleniną

Bitki ze schabu w sosie własnym, ziemniaki z masłem,

Warzywa gotowane na parze – fasolka szparagowa zielona i żółta

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

DESER – Shake bananowo - truskawkowy



JADŁOSPIS

od 20 stycznia 2020 r. do 24 stycznia 2020 r.

Środa 22 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Płatki kukurydziane z mlekiem
Chałka z masłem i dżemem wiśniowy (100% owocowy bez cukru)

Drugie śniadanie

Marchewka i kolorowa papryka do chrupania

Obiad

Zupa koperkowa z ziemniakami, marchewka, pietruszką, porem, selerem i zielenią
Zapiekanka ziemniaczana z mięsem wieprzowym i drobiowym, z bukietem warzyw i żółtym serem,
Kompot ze śliwek

Podwieczorek

Gruszka

Czwartek 23 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Bułeczka grahamka z masłem, szynką wieprzową, rzodkiewką, świeżym ogórkiem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Barszczyk czerwony z ziemniakami, włoszczyzną i zielenią
Kotlecik mielony z ryby, wypiekany w piecu, (ryba miruna), ziemniaki z koperkiem
Marchewka z zielonym groszkiem duszona na maśle
Kompot z wiśni

Podwieczorek

DESER – drożdżowe bułeczki z jagodami – własnego wypieku
Herbatka z cytryną

JADŁOSPIS

od 20 stycznia 2020 r. do 24 stycznia 2020 r.

Piątek 24 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb ziarnisty z masłem, pastą rybną (z makreli w pomidorach), kolorowa papryką i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Owocowy talerz – plaster ananasa i melona

Obiad

Zupa ze świeżych pieczarek z makaronem, włoszczyzną i zieleniną

Kopytka z masłem

Surówka z kiszonej kapusty z marchewką, jabłkiem i szczypiorkiem

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Pomarańcza

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.

