

JADŁOSPIS

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

Poniedziałek 20 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Chleb mieszany z maselkiem, szynką wieprzową, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Żurek z ziemniakami i jajkiem

Makaron z sosem mięsno – warzywnym (z cukinii, czerwonej papryki i pomidorów marynowanych

Kompot owocowy

Podwieczorek

Pomarańcza

Wtorek 21 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z sokiem malinowym

Mleko

Rogal z masłem i powidłem śliwkowym

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

Obiad

Zupa kalafiorowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, cebulką i zieleciną

Kotlecik mielony z fileta z indyka, ziemniaki z maselkiem,

Koperkowa surówka – z kapusty pekińskiej, pora, jabłek, chrzanu i kopru z sosem jogurtowym

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

DESER – Shake bananowy z truskawkami



JADŁOSPIS

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

Środa 22 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – chleb wieloziarnisty z masłem – a do niego – polędwica drobiowa, pomidorki koktajlowe, sałata masłowa i rzodkiewka

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – suszona żurawina, rodzynki, ziarna słonecznika

Obiad

Zupa z zielonego groszku, ziemniakami, marchewka, pietruszką, porem, selerem i zielenina
Zielone (szpinakowe na słodko) naleśniki z białym serem i mascarpone
Kompot ze śliwek

Podwieczorek

Gruszka

Czwartek 23 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem i żółtym serem

Drugie śniadanie

Banan

Obiad


Zupka pomidorowa z ryżem, włoszczyzna i szczypiorkiem

Pieczeń rzymska (własnej roboty) z sosem, ziemniaki z koperkiem

Salatka Caprese - z rukoli, świeżej bazylii, sałaty lodowej, pomidorów malinowych, sera mozzarella (kulka w zalewie) z sosem ziołowo – cytrynowy na bazie oliwy z oliwek
Kompot z wiśni

Podwieczorek

DESER – pieczone jabłko z płatkami migdałów, orzechami włoskimi i miodem



JADŁOSPIS

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

Piątek 24 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Bułeczka z masłem, pastą rybną z makreli i kolorowa papryka

Drugie śniadanie

Owocowy talerz – mandarynka, winogrono i jabłko

Obiad

Krupnik zabieleny z kaszy jęczmiennej z mięsem z kurczaka i jarzynami
Pierogi ruskie z masłem
Mini marcheweczki gotowane na parze
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.

