

JADŁOSPIS

od 27 stycznia 2020 r. do 31 stycznia 2020 r.

Poniedziałek 27 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb graham z masłem, szynka drobiowa, sałatą masłowa i kolorowa papryką

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania i jabłko

Obiad

Żurek z jajkiem, ziemniakami i wiejską kielbasą
Naleśniki z białym serem z mascarpone i musem truskawkowym
Herbatka z limonką

Podwieczorek

Banan

Wtorek 28 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Płatki ryżowe na mleku
Bułeczka kielecka z masłem i żółtym serem

Drugie śniadanie


Bakaliowa przekąska – żurawina suszona, rodzyнки, ziarna słonecznika

Obiad

Zupa fasolowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, cebulką i zieleniną
Gulasz z indyka, kasza jęczmienna,
Kolorowa sałatka – z sałaty lodowej, pomidorów malinowych, koperku, z dresingiem z oliwy z oliwek, czosnku i soku z cytryny
Kompot wielowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

DESER – **owocowa fantazja** – ze świeżym ananasem, melonem, kiwi, kolorowym winogronem, płatkami migdałów i bita śmietaną



JADŁOSPIS
od 27 stycznia 2020 r. do 31 stycznia 2020 r.

Środa 29 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kakao z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – chleb pytłowy z masłem, - a do niego – kiełbasa szynkowa, pomidorek malinowy, listki rukoli, świeży ogórek i szczypiorek

Drugie śniadanie

Gruszka

Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewka, pietruszka, porem selerem i koperkiem,
Łazanki ze świeżej kapusty z mięsem drobiowym
Kompot ze śliwek

Podwieczorek

DESER – muffinki bananowo – czekoladowe z cynamonem i wiórkami kokosowymi,
lemoniada z cytryna i miodem,

Czwartek 30 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb graham z masłem, pastą z białego sera, rzodkiewki szczypiorku i ziaren słonecznika

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiejem, brokułem, zielonym groszkiem, włoszczyzną i zieleniną
Kotlecik mielony (drobiowo – wieprzowy) wypiekany w piecu, ziemniaki z koperkiem,
Ćwikła z chrzanem
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Pomarańcza



JADŁOSPIS

od 27 stycznia 2020 r. do 31 stycznia 2020 r.

Piątek 31 stycznia 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupa koperkowa z mini klopsikami rybnymi (z miruny), włoszczyzną i zieleniną, zabelana śmietaną

Pierogi ruskie z masłem,

Surówka z marchewki i ananasa

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Mus owocowy z jabłek, bananów, marchewki, truskawek

Jabłko

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.

