

## JADŁOSPIS

od 10 lutego 2020 r. do 14 lutego 2020 r.

### Poniedziałek 10 lutego 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb pytlowy z masłem, swojską kielbasą i pomidorem malinowym,

#### **Drugie śniadanie**

Jabłko

#### **Obiad**

Barszczyk czerwony z jajkiem i ziemniakami,  
Makaron z białym serem  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Banan

### Wtorek 11 lutego 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata owocowa  
Mleko  
Bułeczka z kruszonką, masłem i miodem lipowym

#### **Drugie śniadanie**

Chrupiąca przekąska – suszony ananas

#### **Obiad**

Rosół drobiowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, cebulką i liściem lubczyku  
Nuggetsy z kurczaka (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem  
**Salatka lodowa** z dresingiem jogurtowo - czosnkowym  
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

**DESER** – koktajl mleczny z truskawkami





BAJKA  
Przedszkole Miejskie Nr 3 w  
Leżajsku

## **JADŁOSPIS**

### **od 10 lutego 2020 r. do 14 lutego 2020 r.**

#### **Środa 12 lutego 2020 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

**Samodzielne kanapeczki** – chleb mieszany z masłem, - a do niego – polędwica drobiowa, rukola, pomidorki koktajlowe, żółta papryka

##### **Drugie śniadanie**

**Bakaliowa przekąska** – ziarna słonecznika, pestki dyni

##### **Obiad**

Kapuśniaczek z mięsem wieprzowym, ziemniakami, marchewka, pietruszka, porem selerem i koperkiem,

Naleśniki z dżemem truskawkowym, musem jogurtowym i czekoladą (własnej roboty)

Kompot ze śliwek

##### **Podwieczorek**

Gruszka

#### **Czwartek 13 lutego 2020 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułeczka kielecka z masłem, białym serem i rzodkiewką

##### **Drugie śniadanie**

Banan

##### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z jarzynami, koperkiem, zabieleną śmietaną

Potrąwka z indyka, Kaszotto z kaszy jęczmiennej,

Brokuł gotowany na parze

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

##### **Podwieczorek**

**DESER** – galaretki owocowa z pomarańczką



## **JADŁOSPIS**

**od 10 lutego 2020 r. do 14 lutego 2020 r.**

### **Piątek 14 lutego 2020 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, żółtym serem, pomidorem malinowym i listkami rukoli

#### **Drugie śniadanie**

**Owocowy talerz** – mandarynka, winogrono białe i czarne

#### **Obiad**

Zupka ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Ryba (miruna) pieczona w ziołach, ziemniaki ze szczypiorkiem

Kiszona kapustka z jabłkiem, marchewką, cebulka i oliwą z oliwek

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Ciasteczko pełnoziarniste z żurawiną

Soczek 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.

