

JADŁOSPIS

od 17 lutego 2020 r. do 21 lutego 2020 r.

Poniedziałek 17 lutego 2020 r.

Śniadanie

Herbata z limonką

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułeczka grahamka z masłem, pastą rybną z makreli, zieloną sałatką i żółtą papryką,

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania, Jabłko (cząstki)

Obiad

Zupka ziemniaczana z włoszczyzną, cebulą, czosnkiem, majerankiem i zieleniną

Naleśniki kolorowe (żółte i różowe) z konfiturą owocową (100% owoców, bez dodatku cukru) i

straciatella z jogurtu naturalnego i gorzkiej czekolady

Kompot owocowy

Podwieczorek

Zdrowy talerz - kolorowe winogrono (białe i czerwone), melon żółty,

Wtorek 18 lutego 2020 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Zupka mleczna z płatkami owsianymi

Chleb mieszany z masłem i żółtym serem

Drugie śniadanie

Cząstki mandarynki i gruszki

Obiad

Barszcz ukraiński z włoszczyzną, białą i czerwoną fasolą, Kapustą, czosnkiem i koperkiem, zabieleny śmietaną

Klopsiki wieprzowe w sosie chrzanowym z zieleniną, Kaszotto z kaszy jęczmiennej i gryczanej

Surówka z kiszonej kapusta – z jabłkiem, marchewką i szczypiorkiem

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

DESER – czerwony kisiel z owoców (własnej roboty) z cząstkami jabłka



JADŁOSPIS
od 17 lutego 2020 r. do 21 lutego 2020 r.

Środa 19 lutego 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki – bułeczka pszenna z masłem – a do niej – kiełbasa krakowska podsuszana, plaster pomidora, listki roszponki, świeży ogórek

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – żurawina suszona, morela suszona,

Obiad

Zupa ze świeżego kalafiora z ziemniakami, marchewka, pietruszka, porem selerem i koperkiem,

Spaghetti z mięsem wieprzowym, sosem z pomidorów i ziół, z listkami świeżej bazylii i wiórkami sera mozzarella

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – koktajl bananowo jogurtowy z malinką, ciasteczko owsiane

Czwartek 20 lutego 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb ziarnisty z maselkiem, plastrem pomidora, jajkiem na twardo i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Papryczka do chrupania – czerwona, zielona i żółta

Obiad

Zupa ogórkowa z ryżem, włoszczyzną i świeżą natką

Kotlecik drobiowy (z kurczaka i indyka) mielony, pieczony w piecu, ziemniaki z koperkiem,

Zielona sałatka – z sałaty masłowej, listków szpinaku baby, pomidorem, prażonym słonecznikiem i sosem jogurtowym

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Soczek wyciskany z jabłek i buraczków, mini pączki serowe





Przedszkole Miejskie Nr 4 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 17 lutego 2020 r. do 21 lutego 2020 r.

Piątek 21 lutego 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułeczka grahamka z masłem twarogiem czosnkowym z rzodkiewką i kiszonym ogórkiem

Drugie śniadanie

Plaster świeżego ananasa, kalarepka do chrupania

Obiad

Zupa z pomidorów z makaronem i włoszczyzną

Kopytka i mini marcheweczki gotowane na parze

Herbata z limonką

Podwieczorek

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.

