

## JADŁOSPIS

od 9 marca 2020 r. do 13 marca 2020 r.

### Poniedziałek 9 marca 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb pyłtowy z masłem, szynką wiejską gotowaną, listkami rukoli, żółtą papryką i pomidorkiem koktajlowym

#### **Drugie śniadanie**

Plaster melona i suszone daktyle

#### **Obiad**

Zupa Babuni z brokułem, kalafiorem, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i zieleniną  
Risotto z mięsem drobiowym, marchewką, zielonym groszkiem, kukurydzą – zapiekane z żółtym serem  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**DESER** – Koktajl Różowej Pantery – z jogurtu naturalnego, truskawek z ciasteczkami ziarnistym z żurawiną

### Wtorek 10 marca 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Bułeczka grahamka z masłem, pastą rybną, zieloną sałatą i pomidorem malinowym

#### **Drugie śniadanie**

Marcheweczki i kalarepa do chrupania

#### **Obiad**

Zupka ogórkowa z ryżem, warzywami i zieleniną,  
Połędwiczki drobiowe w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem  
Sałata lodowa z dresingiem jogurtowo – koperkowym i pomidorkiem koktajlowym  
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

Jabłko



## JADŁOSPIS

od 9 marca 2020 r. do 13 marca 2020 r.

### Środa 11 marca 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb pytlowy z masłem, szynką z fileta z kurczaka, roszonką, rzodkiewką i kielkami warzyw

#### **Drugie śniadanie**

Mandarynka

#### **Obiad**

Zupka owocowa z wiśni i truskawek z groszkiem ptysiowym

Zapiekanka ziemniaczana z warzywami

Surówka z kiszonej kapusty, jabłek i marchewki

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**DESER** – twarożek waniliowy z owocami – kiwi, malinka, borówka amerykańska

### Czwartek 12 marca 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb orkiszowy z masłem, pasztecikiem z czerwonej soczewicy (własnej roboty), roszonką, świeżym ogórkiem i żółta papryką

#### **Drugie śniadanie**

Banan

#### **Obiad**

Rosół drobiowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem

Udko pieczone w ziołach i miodzie, ziemniaczki z koperkiem

Salatka wiosenna – z kapusty pekińskiej, pomidorków koktajlowych, kukurydzy i dresingu czosnkowo – ziołowego na bazie oliwy

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Sok świeżo wyciskany z marchewki, pomarańczy, jabłek, rogalik z dżemem





Przedszkole Miejskie Nr 4 w  
Leżajsku

## JADŁOSPIS

od 9 marca 2020 r. do 13 marca 2020 r.

Piątek 13 marca 2020 r.

### Śniadanie

Kakao

Herbata z cytryną

Bułeczka pszenna z masłem, jajkiem, czerwoną papryką, kiszonym ogórkiem i wiórkami żółtego sera

### Drugie śniadanie

Kiwi

### Obiad

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

Pierogi ruskie

Mini marcheweczki gotowane na parze

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.

