

JADŁOSPIS

od 22 czerwca 2020 r. do 26 czerwca 2020 r.

Poniedziałek 22 czerwca 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb ziarnisty z masłem, kielbasą krakowską i świeżym ogórkiem

Drugie śniadanie

Truskawki

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiorom, brokułem, zielonym groszkiem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Spaghetti z mięsem wieprzowym, sosem pomidorowo – ziołowym i wiórkami sera mozzarella
Kompot owocowy

Podwieczorek

Nektarynka

Wtorek 23 czerwca 2020 r.

Śniadanie

Herbatka owocowa
Mleko
Bułeczka z kruszonką i dżemem morelowym

Drugie śniadanie

Plaster arbuza

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i liściem lubczyku
Nuggetsy drobiowe (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem
Sałatka lodowa z dresingiem czosnkowo – koperkowym na bazie jogurtu greckiego
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

Banan





BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 22 czerwca 2020 r. do 26 czerwca 2020 r.

Środa 24 czerwca 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb pytlowy z masłem, szynką wieprzową i pomidorem malinowym

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

Obiad

Zupa z groszku łupanego z wiejską kielbasą, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porcem, selerem, czosnkiem i majerankiem
Ryż z prażonymi jabłkami i cynamonem
Kompot owocowy

Podwieczorek

Kiwi

Czwartek 25 czerwca 2020 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Kakao
Chleb wiejski z masłem, twarogiem jogurtowym i rzodkiewką

Drugie śniadanie


Winogrono

Obiad

Zupka owocowa z wiśni i truskawek z groszkiem ptysiowym,
Kotlecik mielony z fileta drobiowego (wypiekany w piecu), młode ziemniaczki z koperkiem,
Bukiet warzyw gotowany na parze – kalafior, brokuł, fasolka szparagowa
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Gruszka





BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 22 czerwca 2020 r. do 26 czerwca 2020 r.

Piątek 26 czerwca 2020 r.

Śniadanie

Kawa zbożowa z mlekiem

Herbata z cytryną

Bułeczka kielecka z masłem, pastą rybną z makreli i czerwona papryka

Drugie śniadanie

Melon i jabłko

Obiad

Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami, włoska kapusta, marchewką, pietruszką, porcem, selerem i zieleniną

Pierogi ruskie z masłem,

Mini marcheweczki gotowane na parze

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Ciasteczko ziarniste ze słonecznikiem

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.

