

JADŁOSPIS

od 29 czerwca 2020 r. do 3 lipca 2020 r.

Poniedziałek 29 czerwca 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb pytlowy z masłem, kiełbasą krakowską podsuszaną, żółtą papryką i listkami rukoli

Drugie śniadanie

Pomidorki koktajlowe

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami, brukselką, fasolką szparagową, kalafiosem, brokułem, porem, selerem, marchewką, pietruszką i zieleniną

Gołąbki bez zawijania z mięsem wieprzowym i sosem z pieczarek i ziół

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – truskawki z bitą śmietaną, świeżą melisą i wiórkami gorzkiej czekolady

Wtorek 30 czerwca 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Buleczka grahamka z pastą rybną z makreli, zieloną sałatą i pomidorem malinowym

Drugie śniadanie

Kalarepka

Obiad

Zupa cebulowa z włoszczyzną i grzankami czosnkowymi

Poledwiczki w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,

Sałatka lodowa z pomidorkiem koktajlowym, kukurydzą i dressingiem jogurtowo-koperkowym

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

Jabłko



JADŁOSPIS

od 29 czerwca 2020 r. do 3 lipca 2020 r.

Środa 1 lipca 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb graham z masłem, gotowanym jajkiem, rzodkiewką i kielkami

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Kapuśniak z młodej kapusty z marchewką, pietruszką, porem, selerem, czosnkiem cebulką i koperkiem
Naleśniki z konfiturą owocową
Kompot owocowy

Podwieczorek

Sok świeżo wyciskany z jabłek, marchewki, buraczka, owsiane ciasteczko

Czwartek 2 lipca 2020 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb wieloziarnisty z masłem, pasztecikiem z soczewicy (własnej roboty), świeżym ogórkiem, listkami roszponki i żółtą papryką

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem, włoszczyzną i liściem lubczyku
Nuggetsy z kurczaka (pieczone w piecu), ziemniaki młode z koperkiem,
Wiosenna surówka – z kapusty pekińskiej, pomidorów, czarnych oliwek, ogórka, kukurydzy z dresingiem na bazie oliwy i suszonych ziół
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Banan





Przedszkole Miejskie Nr 4 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 29 czerwca 2020 r. do 3 lipca 2020 r.

Piątek 3 lipca 2020 r.

Śniadanie

Kakao z mlekiem

Herbata z cytryną

Bułeczka pszenna z masłem, delikatnym guacamole (z awokado) z czerwoną papryką

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupka fasolowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, cebulką i natką pietruszki

Makaron wypiekany z jabłkami i cynamonem

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Drożdżówka z serem

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.

