

## JADŁOSPIS

od 6 lipca 2020 r. do 10 lipca 2020 r.

### Poniedziałek 6 lipca 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb mieszany z masłem, białym serem, zieloną sałatą i rzodkiewką

#### **Drugie śniadanie**

Banan

#### **Obiad**

Żurek z wiejską kielbasą, jajkiem i ziemniakami,  
Risotto z mięsem z kurczaka, jarzynami (marchewka, pietruszka, porem, selerem, cebulka, papryka) i sosem pomidorowym  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Drożdżówka z jabłkiem

### Wtorek 7 lipca 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbatka owocowa  
Płatki kukurydziane z mlekiem  
Rogal z masłem i dżemem owocowym (100% owocowy bez dodatku cukru)

#### **Drugie śniadanie**


Owocowy talerzyk – kawałki kiwi i banana

#### **Obiad**

Zupa jarzynowa z brokułem, brukselką, zielonym groszkiem, kalafiorem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Kiełbaski rumuńskie (własnej roboty) z mięsa wieprzowego, z cebulką, czosnkiem, czerwoną papryką – pieczone w piecu, ziemniaki z koperkiem,  
Mizeria ze szczypiorkiem, tarta rzodkiewką i sosem jogurtowo czosnkowym  
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

DESER – galaretka owocowa z borówkami





BAJKA  
Przedszkole Miejskie Nr 3 w  
Leżajsku

**JADŁOSPIS**  
**od 6 lipca 2020 r. do 10 lipca 2020 r.**

**Środa 8 lipca 2020 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb ziarnisty z masłem, polędwica drobiowa, pomidorkiem malinowy i szczypiorkiem

**Drugie śniadanie**

Marcheweczki do chrupania

**Obiad**

Zupa wiedeńska z mięsem wieprzowym, ziemniakami, kaszą manna i włoszczyzną  
Racuszki drożdżowe z brzoskwiniami  
Kompot owocowy

**Podwieczorek**

Nektarynka

**Czwartek 9 lipca 2020 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao  
Bułeczka pszenna z masłem gotowanym jajkiem i szczypiorkiem

**Drugie śniadanie**

Arbuz

**Obiad**

Zupka ogórkowa z ryżem, marchewka, pietruszka, porem, selerem i zieleciną  
Kotlecik drobiowy mielony (pieczony), ziemianki młode ze szczypiorkiem  
Sałatka Caprese – z rukoli, świeżej bazylii, sałaty lodowej, pomidorów malinowych, sera mozzarella w zalewie z sosem winnym na bazie oliwy z oliwek, suszonych ziół i soku z cytryny  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

**Podwieczorek**

Gruszka







BAJKA  
Przedszkole Miejskie Nr 3 w  
Leżajsku

## JADŁOSPIS

**od 6 lipca 2020 r. do 10 lipca 2020 r.**

### Piątek 10 lipca 2020 r.

#### **Śniadanie**

Kawa zbożowa z mlekiem

Herbata z cytryną

Chleb słonecznikowy z masłem, filetem z makreli (w sosie pomidorowym), czerwoną papryką i listkiem świeżej natki pietruszki

#### **Drugie śniadanie**

Kolorowe winogrono

#### **Obiad**

Zupa brokułowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Makaron zapiekany z jabłkami i cynamonem

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

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.

