

JADŁOSPIS
od 20 lipca 2020 r. do 24 lipca 2020 r.

Poniedziałek 20 lipca 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb mieszany z masłem, pomidorem malinowym i szczypiorkiem
Kiełbaski drobiowe na ciepło z ketchupem (215g pomidorów na 100g gotowego produktu)

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – rodzynki, żurawina suszona, orzechy włoskie

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiem, marchewką, pietruszką, porem, selerem, kalafiem, brokułem, fasolka szparagową i zielenina, zabelana śmietaną (12%)
Spaghetti z mięsem wieprzowym, czosnkiem, cebulką, sosem z pomidorów i świeżych ziół,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Morela

Wtorek 21 lipca 2020 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Kajzerka z masłem i konfiturą z wiśni
Płatki kukurydziane z mlekiem

Drugie śniadanie


Kiwi

Obiad

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Filet z indyka wypiekany w ziołach, ziemniaki z koperkiem,
Brokuł gotowany na parze
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

koktajl bananowo – truskawkowy z jogurtem naturalnym





BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3 w
Leżajsku

JADŁOSPIS
od 20 lipca 2020 r. do 24 lipca 2020 r.

Środa 22 lipca 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb graham z masłem, kiełbasa żywiecka, pomidorem, rzodkiewką i listkami rukoli

Drugie śniadanie

Arbuz

Obiad

Kapuśniak z młodej kapusty z mięsem wieprzowym, ziemniakami, włoszczyzna i koperkiem
Naleśniki z białym serem i musem z jagód leśnych
Kompot owocowy

Podwieczorek

Jabłko

Czwartek 23 lipca 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kakao
Bułka pszenna z masłem, twarogiem czosnkowo – koperkowym i zielonym ogórkiem

Drugie śniadanie

Melon kantalupa


Obiad

Zupka pomidorowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem i świeżą natką
Kotlecik mielony wieprzowy (wypiekany w piecu), ziemniaki ze szczypiorkiem
Buraczki z jabłkiem, cebulką i zieleciną
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Gruszka





BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 20 lipca 2020 r. do 24 lipca 2020 r.

Piątek 24 lipca 2020 r.

Śniadanie

Kawa zbożowa z mlekiem

Herbata z cytryną

Chleb wiejski z masłem, pastą rybną z makreli w pomidorach i czerwoną papryką

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono

Obiad

Krupnik jęczmienny z włoszczyzną i ziemniakami, zabielały śmietana (12%)

Pierogi ruskie z masłem,

Mini marcheweczki gotowane na parze

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.

