

JADŁOSPIS

od 5 października 2020 r. do 9 października 2020 r.

Poniedziałek 5 października 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb wieloziarnisty z masłem, kielbasą żywiecką, rzodkiewką, listkami rukoli i pomidorkami koktajlowymi

Drugie śniadanie

Kolorowe winogrono

Obiad

Żurek z ziemniakami, wiejską, kielbasą, cebulka, czosnkiem i majerankiem
Makaron z sosem mięsno – warzywnym z cukinią i czerwona papryką
Kompot owocowy

Podwieczorek

Banan

Wtorek 6 października 2020 r.

Śniadanie

Herbatka z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Kajzerka z masłem, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Plaster arbuza

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiolem, brokułem, fasolką szparagową, brukselką, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Filet z indyka pieczony w ziołach, ziemniaki z koperkiem,
Selerowa surówka z jabłkiem, włoskimi orzechami i jogurtem naturalnym
Kompot wieloowocowy

Podwieczorek

DESer – domowe ciasto ze śliwkami (własnego wypieku), herbatka z sokiem malinowym



BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3
w Leżajsku

JADŁOSPIS

od 5 października 2020 r. do 9 października 2020 r.

Środa 7 października 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb ziarnisty z masłem, polędwicą drobiową i kolorową papryką

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – ziarna słonecznika, pestki dyni

Obiad

Kapuśniaczek ze świeżej kapusty z kielbasą swojską, warzywami i przecierem z pomidorów,
Racuszki drożdżowe z jabłkami
Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka

Czwartek 8 października 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Mleko
Rogal z masłem i dżemem truskawkowym, plaster białego sera

Drugie śniadanie


Banan

Obiad

Kartoflanka z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Zrazik wieprzowy w sosie koperkowym, kasza jęczmienna
Bukiet warzyw gotowany na parze – brokuł, kalafior, marcheweczki
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – sok z gruszek, brzoskwiń i jabłek (wyciskany na miejscu), biszkopt





BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3
w Leżajsku

JADŁOSPIS

od 5 października 2020 r. do 9 października 2020 r.

Piątek 9 października 2020 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kakao z mlekiem
Chleb wiejski z masłem, żółtym serem i pomidorem malinowym,

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupa ogórkowa z ryżem, włoszczyzną i koperkiem
Ryba pieczona z czosnkiem i ziołami (ryba miruna), ziemniaki ze szczypiorkiem
Ćwikła z chrzanem
Kompot owocowy

Podwieczorek

Mus 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.

