

## JADŁOSPIS

od 19 października 2020 r. do 23 października 2020 r.

### Poniedziałek 19 października 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb pytlowy z masłem, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem

#### **Drugie śniadanie**

Mini pączki serowe + sok „multiwitamina”

#### **Obiad**

Zupa brokułowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Risotto z mięsem wieprzowym, jarzynami i sosem pomidorowym  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Gruszka

### Wtorek 20 października 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbatka owocowa  
Płatki kukurydziane z mlekiem  
Bułeczka z kruszonką i masłem

#### **Drugie śniadanie**


Arbuz

#### **Obiad**

Zupka ze świeżych pieczarek z tartym ciastem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Pieczeń rzymska wieprzowa z sosem, ziemniaki z koperkiem,  
Surówka wielowarzywna  
Kompot wieloowocowy

#### **Podwieczorek**

**Koktajl Różowej Pantery** – z truskawek i jogurtu naturalnego





BAJKA  
Przedszkole Miejskie Nr 3  
w Leżajsku

## JADŁOSPIS

od 19 października 2020 r. do 23 października 2020 r.

### Środa 21 października 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną,  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb wieloziarnisty z masłem, poledwicą z kurczaka, żółtą i zieloną papryką listkami rukoli i pomidorkami cherry

#### **Drugie śniadanie**

Jabłko

#### **Obiad**

Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty z mięsem wieprzowym, ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Naleśniki pszenno – gryczane z twarogiem (na słodko)  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Mus owocowy

### Czwartek 22 października 2020 r.

#### **Śniadanie**

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

#### **Drugie śniadanie**

Gruszka

#### **Obiad**

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Klopsik z indyka w sosie koperkowym, Kaszotto jęczmienne,  
Fasolka szparagowa z masłem,  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

**DESER** – banan zapiekany w czekoladzie





BAJKA  
Przedszkole Miejskie Nr 3  
w Leżajsku

## JADŁOSPIS

od 19 października 2020 r. do 23 października 2020 r.

### Piątek 23 października 2020 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z sokiem malinowym  
Mleko  
Bułeczka kajzerka z masłem i dżemem truskawkowym

#### **Drugie śniadanie**

**Owocowy półmisek** – winogrono kolorowe, kiwi, melon

#### **Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką  
Paluszki rybne (własnej roboty), ziemniaki z koperkiem  
Surówka z kiszonej kapusty z cebulką, marchewką, jabłkiem i szczypiorkiem,  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Serek waniliowy

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.

