

JADŁOSPIS
od 8 marca 2021 r. do 12 marca 2021 r.

Poniedziałek 8 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb mieszany z masłem, pasztetem drobiowym, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Gruszka,

Obiad

Zupa brokułowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i zieleniną
Makaron z sosem mięsno – warzywnym,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Pomarańcza

Wtorek 9 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbatka owocowa
Mleko
Rogal z masłem i miodem,

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

Obiad

Rosół drobiowo – wołowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką, czosnkiem i liściem lubczyku,
Nuggetsy z kurczaka (pieczone w piecu), ziemniaki z koperkiem,
Surówka koperkowa – z kapusty pekińskiej, z jabłkiem, porem, chrzanem, koprem i jogurtem naturalnym,
Kompot wieloowocowy

Podwieczorek

Smoothie z z ananasa, jabłek i bananów + ciasteczko pelosiarniste





BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3
w Leżajsku

JADŁOSPIS

od 8 marca 2021 r. do 12 marca 2021 r.

Środa 10 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa z mlekiem,
Chleb graham z masłem, poledwicą drobiową, listkami rukoli i pomidorkiem koktajlowym,

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Barszcz ukraiński z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem, porem, kapustą włoską, fasolą czerwoną i białą, burakami, pomidorami, zielonym groszkiem, cebulą, czosnkiem i koprem,
Kaszotto z kaszy jęczmiennej i gryczanej z mięsem wieprzowym, jarzynami i sosem pomidorowym,
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – Galaretką z truskawkami + Chrupsy gruszkowe (suszona gruszka)

Czwartek 11 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kakao,
Bułeczka kielecka z masłem, gotowanym jajkiem, rzodkiewką i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Soczek owocowy + bakaliowa przekąska – ziarna słonecznika, pestki dyni, orzeszki włoskie,

Obiad

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Gulasz z indyka z warzywami, cebulką i czosnkiem, ziemniaki z koperkiem
Fasolka szparagowa gotowana na parze
Kompot owocowy

Podwieczorek

Pieczone jabłko z cynamonem, orzechami włoskimi i miodem lipowym,





BAJKA
Przedszkole Miejskie Nr 3
w Leżajsku

JADŁOSPIS

od 8 marca 2021 r. do 12 marca 2021 r.

Piątek 12 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Drugie śniadanie

Owocowy talerz – mango, melon, kolorowe winogrono

Obiad

Krupnik z kaszą bulgur, mięsem drobiowym, włoszczyzną i szczypiorkiem,

Pierogi leniwe z masłem + mini marcheweczki gotowane na parze

Kompot owocowy

Podwieczorek

Mus owocowo – warzywny

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.

