



Przedszkole Miejskie
Nr 4
w Leżajsku

JADŁOSPIS

od 15 marca 2021 r. do 19 marca 2021 r.

Poniedziałek 15 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb mieszany z masłem, polędwicą sopocką, czerwoną papryką, zieloną sałatą i rzodkiewką

Drugie śniadanie

Ciasteczko owsiane + sok z owoców

Obiad

Zupa z groszku łupanego z ziemniakami, wiejską kielbasą, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką, czosnkiem, majerankiem i koperkiem,
Ryż na mleku z jabłkami i sosem jogurtowo – cynamonowym,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Owocowa sałatka – z brzoskwiń, kiwi, jabłek i borówki amerykańskiej

Wtorek 16 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbatka z cytryną
Kakao z mlekiem,
Bułka grahamka z masłem, białym serem, pomidorem malinowym, listkami rozspanki i czarnymi oliwkami,

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania i jabłko

Obiad

Zupa wiosenna z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, fasolką szparagową, brukselką, brokułem, zielonym groszkiem, cebulką i zieleniną, zabieleną śmietaną
Filet drobiowy pieczony w ziołach, purée ziemniaczane,
Sałatka lodowa z pomidorami koktajlowymi, koperkiem i sosem jogurtowo – czosnkowym,
Kompot wieloowocowy

Podwieczorek

Koktajl bananowo – jogurtowy,





Przedszkole Miejskie
Nr 4
w Leżajsku

JADŁOSPIS

od 15 marca 2021 r. do 19 marca 2021 r.

Środa 17 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kawa z mlekiem,
Chleb ziarnisty z masłem, żółta papryką, rukolą
Kiełbaski słowiańskie (na ciepło) z ketchupem,

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Barszcz czerwony z jajkiem, ziemniakami, cebulą, czosnkiem i koprem,
Kaszotto z gryczanej z sosem pieczarkowo – ziołowym,
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – pieczone jabłko z wisienką, kruszoną i orzechami,

Czwartek 18 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Bułka pszenna z masłem i konfiturą owocową,
Zupka mleczna z płatkami ryżowymi

Drugie śniadanie

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

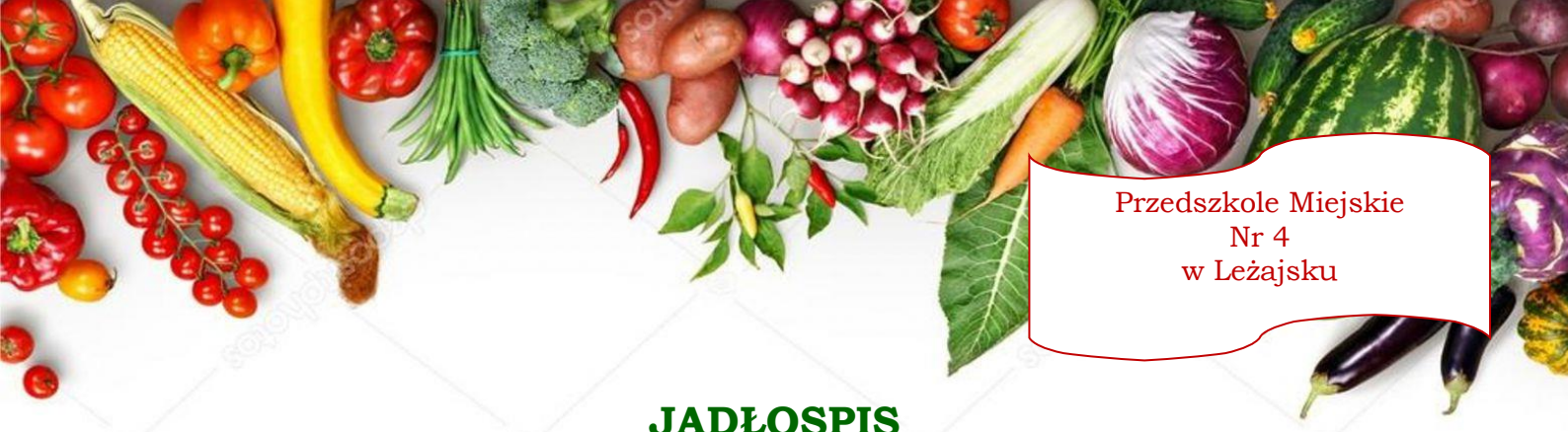
Obiad

Zupa pomidorowa z zacierką, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną
Zraziki mielone w sosie własnym, ziemniaki zapiekane w ziołach
Surówka z kiszonej kapusty, jabłek, marchewki, cebulki, szczypiorku z oliwą z oliwek,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Pomarańcza





Przedszkole Miejskie
Nr 4
w Leżajsku

JADŁOSPIS

od 15 marca 2021 r. do 19 marca 2021 r.

Piątek 19 marca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb wiejski z masłem, pastą jajeczną ze szczypiorkiem, zieloną sałatą i pomidorkami koktajlowymi,

Drugie śniadanie

Owocowy talerz – mango, melon, kolorowe winogrono

Obiad

Zupka „Gdzie jest Nemo” – z rybnymi klopsikami, ziemniaczkami, pomidorkami marynowanymi, marchewką, pietruszką, porem, selerem, i szczypiorkiem,

Pierogi leniwe z masłem + mini marcheweczki gotowane na parze

Kompot owocowy

Podwieczorek

Drożdżówka z serem + sok 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.

