

## **JADŁOSPIS**

### **od 5 lipca 2021 r. do 9 lipca 2021 r.**

#### **Poniedziałek 5 lipca 2021 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem,  
Chleb pyłowy z masłem, szynką wieprzową, listkami rukoli, papryką żółtą i świeżym ogórkiem,

##### **Drugie śniadanie**

Plaster arbuza

##### **Obiad**

Barszcz czerwony z warzywami, jajkiem i koperkiem,  
Risotto z mięsem drobiowym, marchewką, pietruszką, cebulką, czosnkiem, szczypiorkiem i sosem z pomidorów i ziół  
Kompot owocowy

##### **Podwieczorek**

Koktajl bananowo – truskawkowy z jogurtem naturalnym,

#### **Wtorek 6 lipca 2021 r.**

##### **Śniadanie**

Mleko  
Herbata z cytryną  
Chałka z masłem i miodem,

##### **Drugie śniadanie**

Marchewka do chrupania

##### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,  
Kotlet mielony z kurczaka (wypiekany w piecu), ziemniaczki młode z koperkiem  
Mizeria ze szczypiorkiem i sosem jogurtowo – śmietankowym,  
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

##### **Podwieczorek**

Gruszka



**JADŁOSPIS**  
**od 5 lipca 2021 r. do 9 lipca 2021 r.**

**Środa 7 lipca 2021 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb ziarnisty z masłem, poledwicą drobiową, rzodkiewką, szczypiorkiem i pomidorkami koktajlowymi,

**Drugie śniadanie**

Nektarynka

**Obiad**

Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty z włoszczyzną i ziemniakami,

Pierogi leniwe z masłem + mini marchewki gotowane na parze

Kompot owocowy

**Podwieczorek**

Mus przecierowy z jabłek, bananów, marchewki i truskawek,

**Czwartek 8 lipca 2021 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao

Bułka kielecka z masłem, żółtym serem i pomidorkiem malinowym,

**Drugie śniadanie**

Banan

**Obiad**

Zupka z groszku łupanego z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i majerankiem

Pieczeń rzymska z mięsa wieprzowego i drobiowego, ziemniaki młode z koperkiem

Ćwikła z chrzanem,

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

**Podwieczorek**

Kisiel z wiśni (własnej roboty) z kiwi



## **JADŁOSPIS**

### **od 5 lipca 2021 r. do 9 lipca 2021 r.**

**Piątek 9 lipca 2021 r.**

#### **Śniadanie**

Kakao z mlekiem

Herbata z cytryną

Chleb mieszany z masłem + pasta z makreli w sosie pomidorowym, z czerwoną i zieloną papryką

#### **Drugie śniadanie**

Plaster ananasa

#### **Obiad**

Krupnik jęczmienny z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną, zabieleny śmietaną

Makaron wypiekany z jabłkami, cynamonem + mus jogurtowo – waniliowy

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Sok owocowy + kruche ciasteczko z ziarnami słonecznika i sezamem

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.

