

JADŁOSPIS

od 19 lipca 2021 r. do 23 lipca 2021 r.

Poniedziałek 19 lipca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao z mlekiem

Chleb pytłowy z masłem, szynką wieprzową, pomidorem malinowym i listkami rozszonki

Drugie śniadanie

Plaster arbuza

Obiad

Zupka z groszku łupanego z ziemniakami, włoszczyzny, cebulki, czosnku, majeranku

Risotto z mięsem drobiowym, kukurydzą, marchewką, zielonym groszkiem i sosem pomidorowo – ziołowym,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Kisiel owocowy z jabłkiem,

Wtorek 20 lipca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Zupka mleczna z płatkami owsianymi

Buleczka z kruszonką i masłem,

Drugie śniadanie

Kalarepka + jabłko

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem, marchewką, pietruszka, porem, selerem i natką,

Filet drobiowy w ziołach (wypiekany w piecu), ziemniaczki młode z koperkiem

Zielona sałatka ze szczypiorkiem, pomidorkami koktajlowymi, prażonym słonecznikiem i dresingiem z oliwy z oliwek, soku z cytryny i czosnku

Kompot wielowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

Banan,



JADŁOSPIS

od 19 lipca 2021 r. do 23 lipca 2021 r.

Środa 21 lipca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Chleb z masłem, polędwicą wędzoną, czerwoną papryką, rzodkiewką i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska,

Obiad

Barszcz czerwony z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,

Makaron z mussem jabłkowo - bananowym

Kompot owocowy

Podwieczorek

Twarożek waniliowy z kawałkami świeżych truskawek i z melonem kantalupa

Czwartek 22 lipca 2021 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem,

Bułeczka grahamka z masłem, twarożkiem, pomidorem malinowym i listkami rukoli,

Drugie śniadanie

Gruszka

Obiad

Zupka z kaszą manną, marchewką, pietruszką, porem, selerem i listkami kolendry

Kotlet schabowy (pieczy w piecu), ziemniaki młode z koperkiem

Salatka lodowa z sałaty lodowej, listów szpinaku, sera feta, czarnych oliwek, pomidorków koktajlowych i sosu ziołowo – czosnkowego z dodatkiem musztardy

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Marchewkowa surówka z jabłkiem i ananasem,



JADŁOSPIS

od 19 lipca 2021 r. do 23 lipca 2021 r.

Piątek 23 lipca 2021 r.

Śniadanie

Mleko

Herbata z cytryną

Bułka grahamka z masłem, pasta rybna z makreli w sosie pomidorowym, z żółta papryką, świeżym ogórkiem i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Kapuśniaczek z młodej kapusty z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,
Kopytka

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Soczek owocowy + rogalik z marmoladą

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.

