

## JADŁOSPIS

od 26 lipca 2021 r. do 30 lipca 2021 r.

### Poniedziałek 26 lipca 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb pytlowy z masłem, poledwicą z indyka, zieloną sałatą, pomidorem malinowym i rzodkiewką,

#### **Drugie śniadanie**

Cząstki jabłka i marchewka

#### **Obiad**

Zupa pieczarkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,  
Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosem pomidorowo – ziołowym z cebulką, czosnkiem i świeżą bazylią,

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Salatka owocowa – z kolorowego winogrona, brzoskwiń, ananasa, kiwi i rodzynek z płatkami migdałów,

### Wtorek 27 lipca 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem,

Bułeczka grahamka z masłem, jajkiem, czerwoną papryką, świeżym ogórkiem i listkami rozszonki

#### **Drugie śniadanie**

Mini pączki serowe

#### **Obiad**

Rosół drobiowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem i świeżą natką


Poledwiczki w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,

Salatka z młodej kapusty z jabłkiem, marchewką, i szczypiorkiem,

Kompot wielowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

Koktajl Różowej Pantery – z jogurtu i truskawek



**JADŁOSPIS**  
**od 26 lipca 2021 r. do 30 lipca 2021 r.**

**Środa 28 lipca 2021 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb ziarnisty z masłem, kielbasą krakowską podsuszaną, żółtą papryką, rzodkiewką i rukolą,

**Drugie śniadanie**

Brzoskwinia

**Obiad**

Krupnik jęczmienny z ziemniakami, włoszczyzną i świeżą natką pietruszki

Naleśniki z konfiturą owocową,

Kompot owocowy

**Podwieczorek**

Budyń waniliowy z borówką amerykańską

**Czwartek 29 lipca 2021 r.**

**Śniadanie**

Herbata owocowa

Zupka mleczna z płatkami ryżowymi

Bułeczka z kruszonką i masłem,

**Drugie śniadanie**

Kalarepka + pomidorki koktajlowe

**Obiad**

Zupka krem z brokułów z białymi warzywami i groszkiem ptysiowym,


Filet z indyka duszony w ziołach, ryż brązowy

Sałatka zielona z jajkiem i sosem jogurtowo - chrzanowym

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

**Podwieczorek**

Plaster arbuza





## **JADŁOSPIS**

### **od 26 lipca 2021 r. do 30 lipca 2021 r.**

**Piątek 30 lipca 2021 r.**

#### **Śniadanie**

Kakao z mlekiem

Herbata z cytryną

Chleb wieloziarnisty z masłem, żółtym serem, sałatą lodową, pomidorkiem malinowym i szczypiorkiem

#### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – żurawina, pestki dyni, całe migdały

#### **Obiad**

Żur z jajkiem, ziemniaczkami, cebulką, czosnkiem i majerankiem,

Kotlecik mielony z ryby (miruna), ziemniaki z koperkiem,

Mizeria ze szczypiorkiem, rzodkiewką i sosem jogurtowo – śmietankowym,

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Jabłko

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.

