

## **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 ziarnisty z masłem, szynką wieprzową, pomidorkiem malinowym i szczypiorkiem,

##### **Drugie śniadanie**

Mandarynka

##### **Obiad**

Zupa z groszku łupanego z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, czosnkiem, cebulką, majerankiem i szczypiorkiem,

Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i miodem

Kompot owocowy

##### **Podwieczorek**

Nektarynka

#### **Wtorek 27 lipca 2021 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Płatki kukurydziane z mlekiem,

Chleb graham z masłem i miodem,

##### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – orzeszki włoskie i rodzynki sultanki

##### **Obiad**

Zupa pomidorowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem i świeżą natką

Nuggetsy z kurczaka w sezamowej panierce (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Mizeria ze szczypiorkiem, rzodkiewką i sosem jogurtowo – śmietankowym,

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

##### **Podwieczorek**

koktajl bananowo – mleczny z jogurtem i biszkopcikiem,



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

**Środa 28 lipca 2021 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Bułka kajzerka z masłem, szynką drobiową, świeżą papryką i listkami rukoli

**Drugie śniadanie**

Morela

**Obiad**

Zupka buraczkowa z włoszczyzną i koperkiem, zabelona śmietaną  
Kopytka z masłem,  
Kompot owocowy

**Podwieczorek**

Kisiel z czerwonych owoców (wiśnia, porzeczka czerwona) z brzoskwinia

**Czwartek 29 lipca 2021 r.**

**Śniadanie**

Herbata owocowa  
Kakao z mlekiem  
Chleb pytlowy z masłem, pomidorkiem malinowym, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem,

**Drugie śniadanie**

Kalarepka + pomidorki koktajlowe

**Obiad**

Kartoflanka z włoszczyzną i świeżą natką pietruszki  
Bitki ze schabu w sosie własnym, kaszotto gryczane,  
Surówka z marchewki, selera, jabłka z dresingiem z jogurtu naturalnego  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

**Podwieczorek**

Lemoniada z cytryną i miodem,  
Drożdżówka z jabłkiem,



## **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, filetem z makreli w sosie pomidorowym, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

½ gruszki

#### **Obiad**

Krupnik jęczmienny z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleciną

Placuszki ziemniaczano – warzywne z jogurtem greckim,

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Mus owocowo – warzywny z jabłek, bananów, marchewki, truskawek

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.

