

## JADŁOSPIS

od 18 października 2021 r. do 22 października 2021 r.

### Poniedziałek 18 października 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao z mlekiem

Chleb ziarnisty z masłem, szynką wieprzową, pomidorem malinowym, zielonymi oliwkami i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Mandarynka

#### **Obiad**

Zupa z groszku łupanego z wiejską kielbasą, ziemniakami, majerankiem, czosnkiem i cebulką

Naleśniki z dżemem

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Koktajl z jogurtu naturalnego, mleka i bananów,

### Wtorek 19 października 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao z mlekiem,

Chleb pytlowy z masłem, żółtym serem, gotowanym jajkiem, rzodkiewką i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – orzechy włoskie i rodzynki

#### **Obiad**

Rosół wołowo - drobiowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zielenią

Pieczony filet z kurczaka z warzywami, ziemniaki ze szczypiorkiem,

Mizeria z ogórków szklarniowych, szczypiorku i sosu jogurtowo – śmietanowego,

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

Gruszka



## JADŁOSPIS

od 18 października 2021 r. do 22 października 2021 r.

### Środa 20 października 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z limonką  
Kawa zbożowa z mlekiem,  
Bułeczka kajzerka z masłem, kielbasą żywiecką, kolorową papryką i listkami rukoli.

#### **Drugie śniadanie**

½ jabłka

#### **Obiad**

Zupa z pora z włoszczyzną i natką pietruszki,  
Spaghetti z mięsem wieprzowym, sosem z pomidorów i wiórkami żółtego sera  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Kisiel z czerwonych owoców (wiśnie, czerwone porzeczki, aronia) z mandarynką,

### Czwartek 21 października 2021 r.

#### **Śniadanie**

Kakao  
Herbata z cytryną  
Rogal maślany z masłem i dżemem truskawkowym,

#### **Drugie śniadanie**

Marcheweczki do chrupania

#### **Obiad**

Zupka z kiszonych ogórków z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Gulasz wieprzowy z pieczoną papryką, kaszotto gryczane,  
Sałatka z pomidorów ze szczypiorkiem i dresingiem z oliwy i soku z cytryny  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

**DESER** – leśny mech z serkiem mascarpone i borówką amerykańską + lemoniada  
cytrynowo – miodowa,



## JADŁOSPIS

od 18 października 2021 r. do 22 października 2021 r.

### Piątek 22 października 2021 r.

#### **Śniadanie**

Kawa zbożowa z mlekiem

Herbata z limonką,

Chleb wiejski z masłem, pasztetem drobiowym, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

½ gruszki

#### **Obiad**

Zupka koperkowa z rybnymi kuleczkami, z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Makaron pełnoziarnisty z białym serem i miodem,

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Kiwi + soczek owocowo – warzywny

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.

