

## JADŁOSPIS

od 13 grudnia 2021 r. do 17 grudnia 2021 r.

### Poniedziałek 13 grudnia 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kakao z mlekiem

Bułka kielecka z masłem, żółtym serem, szynką drobiową, pomidorkiem koktajlowym, zieloną sałatą i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

½ szklanki soku z owoców

#### **Obiad**

Zupa ze świeżego kalafiora z marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,

Ryż na mleku z truskawkami i jogurtem naturalnym,

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Banan

### Wtorek 14 grudnia 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z limonką

Kawa zbożowa z mlekiem

Kanapka z chleba pytlowego z wiejską kielbasą, kiszonym ogórkiem, czarnymi oliwkami i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

½ gruszki

#### **Obiad**

Zupa pomidorowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i zieleniną

Gulasz węgierski z pieczoną papryką i warzywami, ziemniaki z koperkiem,

Sałatka z buraczków, jabłek, czerwonej cebulki z oliwą z oliwek,

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

DESER – jogurt z brzoskwiniami, białym i czerwonym winogronem + biszkopcik



## JADŁOSPIS

od 13 grudnia 2021 r. do 17 grudnia 2021 r.

### Środa 15 grudnia 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z limonką  
Płatki owsiane na mleku  
Bułeczka kajzerka z masłem i powidłem śliwkowym,

#### **Drugie śniadanie**

Kolorowa papryka (czerwona i żółta)

#### **Obiad**

Krupnik jęczmienny z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną  
Pierogi leniwe z masłem + mini marcheweczki gotowane na parze  
Kompot wielowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

Mus owocowo – warzywny  
Pierniczki świąteczne – pieczone przez dzieci

### Czwartek 16 grudnia 2021 r.

#### **Śniadanie**

Mleko  
Herbata z cytryną,  
Bułka grahamka z masłem i miodem,

#### **Drugie śniadanie**


Mandarynki

#### **Obiad**

Kapuśniaczek z kiszonej kapusty z wiejską kiełbasą, warzywami i kminkiem,  
Połędwiczki wieprzowe w sosie własnym, ziemniaczki z zieleniną  
Sałatka lodowa z pomidorkami koktajlowymi, kukurydzą, szczypiorkiem i sosem jogurtowo – śmietankowym,  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

DESER – ciasto z jabłkami i cynamonem (własnego wypieku) + lemoniada cytrusowa (z pomarańczą, cytryną i miodem),



## JADŁOSPIS

od 13 grudnia 2021 r. do 17 grudnia 2021 r.

### Piątek 17 grudnia 2021 r.

#### **Śniadanie**

Kawa zbożowa z mlekiem,

Herbata z limonką,

Chleb ziarnisty z masłem, pastą jajeczno - serową ze szczypiorkiem i pomidorem milionowym

#### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – daktyle, rodzynki, żurawina

#### **Obiad**

Zupa z groszku łupanego z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem, cebulka, czosnkiem i majerankiem,

Paluszki z dorsza (własnej roboty, wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem

Surówka z kapusty pekińskiej, kiszzonego ogórka, kukurydzy z sosem jogurtowo – czosnkowym,

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Gruszka + soczek owocowy

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 czarna, 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.

