

## **JADŁOSPIS**

**od 27 grudnia 2021 r. do 31 grudnia 2021 r.**

### **Poniedziałek 27 grudnia 2021 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao z mlekiem  
Chleb pytlowy z masłem, żółtym serem, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Marcheweczki do chrupania

#### **Obiad**

Zupka z groszku łupanego z wiejską kielbasą, ziemniakami, włoszczyzną, cebulka, czosnkiem i majerankiem,  
Ryż na mleku z musem jogurtowo – truskawkowym,  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Pomarańcza

### **Wtorek 28 grudnia 2021 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb graham z masłem, szynką wieprzową, pomidorem i koperkiem,

#### **Drugie śniadanie**


½ jabłka

#### **Obiad**

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,  
Kotlecik mielony z kurczaka (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,  
Surówka z marchewki i brzoskwiń,  
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

Mus owocowy z bananów, jabłek, marchewki i truskawek,



## JADŁOSPIS

od 27 grudnia 2021 r. do 31 grudnia 2021 r.

### Środa 29 grudnia 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z limonką  
Kawa zbożowa z mlekiem,  
Bułeczka kajzerka z masłem i dżemem owocowym (100% owoców, bez dodatku cukru)

#### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – żurawina i daktyle

#### **Obiad**

Krupnik jęczmienny z włoszczyzną i szczypiorkiem  
Ryba (miruna) wypiekana w piecu z warzywami, pomidorową passatą i ziołami, ziemniaki z koperkiem  
Surówka z białej kapusty, jabłek, szczypiorku z dresingiem z jogurtu greckiego, czosnku i natki pietruszki  
Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

Owsiane ciasteczko z żurawiną + soczek owocowy

### Czwartek 30 grudnia 2021 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną,  
Płatki kukurydziane z mlekiem  
Chleb ziarnisty z masłem,

#### **Drugie śniadanie**

Rodzynki i ziarna słonecznika

#### **Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką i zieleniną  
Gulasz z szynki wieprzowej z pieczoną papryką, cebulką, czosnkiem i ziołami, ziemniaki z koperkiem,  
Sałatka z pomidorów ze szczypiorkiem i oliwa z oliwek  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Gruszka



## **JADŁOSPIS**

**od 27 grudnia 2021 r. do 31 grudnia 2021 r.**

### **Piątek 31 grudnia 2021 r.**

#### **Śniadanie**

Herbata z limonką,  
Kawa zbożowa na mleku  
Chleb pytlowy z masłem, jajkiem i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Soczek jabłkowy

#### **Obiad**

Zupka jarzynowa z ziemniakami, kalafiolem, brokułem, fasolką szparagową, zielonym groszkiem, brukselką i włoszczyzną,  
Makaron z twarogiem,  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Jabłkowe chrupsy z sokiem ananasowym,

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.

