

JADŁOSPIS

od 10 stycznia 2022 r. do 14 stycznia 2022 r.

Poniedziałek 10 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb pyłowy z masłem, zieloną sałatą, kolorową papryką i szyneczką drobiową,

Drugie śniadanie

Marchewka i jabłko

Obiad

Żur z wiejską kielbasą, jajkiem, ziemniakami, cebulką, czosnkiem i majerankiem,
Naleśniki z dżemem truskawkowym
Kompot owocowy

Podwieczorek

Banan

Wtorek 11 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z limonką,
Płatki ryżowe na mleku
Bułeczka kielecka z masłem i żółtym serem,

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska - Żurawina, rodzyнки i ziarna słonecznika

Obiad

Zupka fasolowa z ziemniakami, marchewka, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,
Gulasz z indyka z warzywami, kaszotto jęczmienne
Zielona sałatka - z pomidorów malinowych z sałata lodową, roszponką, koperkiem, szczypiorkiem, czosnkiem i dresingiem z oliwy z oliwek i soku z cytryny
Kompot wieloowocowy - z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

DESER – galaretką owocową z kiwi i bitą śmietaną,



JADŁOSPIS
od 10 stycznia 2022 r. do 14 stycznia 2022 r.

Środa 12 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb ziarnisty z masłem, kielbasą szynkową, pomidorkiem koktajlowym i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Gruszka

Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem i zieleniną

Łazanki ze świeżej kapusty z mięsem drobiowym, cebulką i czosnkiem,

Kompot owocowy

Podwieczorek

Pomarańcza

Czwartek 13 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem,

Chleb graham z masłem, pastą z białego sera, rzodkiewki, szczypiorku z ziarnami słonecznika

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupka jarzynowa z brokułem, kalafiorem, brukselką, fasolką szparagową zieloną i żółtą, marchewką, pietruszką i zieleniną,

Kotleciki mielone wieprzowo – drobiowe (wypiekane w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Ćwikła z chrzanem

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Ciasteczko cytrynowe (własnego wypieku) + herbatka owocowa



JADŁOSPIS

od 10 stycznia 2022 r. do 14 stycznia 2022 r.

Piątek 14 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Kawa zbożowa

Herbata z cytryną

Chleb pytlowy z masłem, gotowanym jajkiem, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupka koperkowa z klopsikami z ryby (miruna), z marchewką, pietruszką, porem, selerem naciowym i lubczykiem,

Pierogi ruskie z masłem

Surówka z marchewki i ananasa

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Sok owocowy + jabłuszko

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.

