

JADŁOSPIS

od 17 stycznia 2022 r. do 21 stycznia 2022 r.

Poniedziałek 17 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb pytlowy z masłem, kiełbasa żywiecką podsuszaną, pomidorem malinowym, żółta papryką i zieloną sałatką,

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Żur z jajkiem i ziemniakami,

Naleśniki z konfiturą owocową,

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – mango lassi z jogurtu greckiego i mango + ciacho ptysiowe

Wtorek 18 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbatka z sokiem malinowym

Zupka mleczna z tartym ciastem

Bułka pszenna z masłem,

Drugie śniadanie

Winogrono kolorowe

Obiad

Zupka ryżowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,

Kotlecik drobiowy z pieczarkami (pieczony w piecu), ziemniaki z koperkiem,

Surówka z czerwonej kapusty z cebulką, jabłkiem i zieleniną,

Kompot wielowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

Jabłko



JADŁOSPIS

od 17 stycznia 2022 r. do 21 stycznia 2022 r.

Środa 19 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb razowy z masłem, gotowanym kurczakiem, czerwoną papryką, świeżym ogórkiem i zieloną sałatką

Drugie śniadanie

Plaster melona

Obiad

Zupa fasolowa (z białej fasolki) z ziemniakami, świeżymi warzywami, cebulka, czosnkiem i majerankiem,

Makaron z białym serem

Kompot owocowy

Podwieczorek

Sok świeżo wyciskany z jabłek, marchewki i pomarańczy + ciasteczko pełnoziarniste z żurawiną,

Czwartek 20 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Bułeczka pszenna z masłem, żółtym serem, pomidorkiem koktajlowym, rzodkiewką i listkami rozponki

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska

Obiad

Zupka jarzynowa z brokułem, kalafiorem, zielonym groszkiem, marchewka, pietruszką i zieleniną,


Polędwiczki w sosie własny z kaszotto z kaszy gryczanej, jaglanej i jęczmiennej

Sałatka lodowa – z pomidorami, szczypiorkiem i sosem jogurtowo – czosnkowym,

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Galaretką owocową z brzoskwinia i jogurtem greckim,



JADŁOSPIS

od 17 stycznia 2022 r. do 21 stycznia 2022 r.

Piątek 21 stycznia 2022 r.

Śniadanie

Kawa zbożowa

Herbata z cytryną

Bułka grahamka z masłem, pastą z makreli w sosie pomidorowym, listkami rukoli, papryką czerwoną i żółtą.

Drugie śniadanie

Ćwiartki jabłka

Obiad

Zupka owocowa z czerwonych owoców z groszkiem ptysiowym

Pierogi ruskie z mini marchewkami,

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Mus 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.

