

## JADŁOSPIS

od 24 stycznia 2022 r. do 28 stycznia 2022 r.

### Poniedziałek 24 stycznia 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Kanapeczki z chleba ziarnistego z masłem, zielonym ogórkiem, wędzonym filetem z indyka i liściem sałaty masłowej

#### **Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – rodzynki, żurawina, ziarna słonecznika

#### **Obiad**

Żur z wiejską kiełbasą, jajkiem, ziemniakami, cebulka i majerankiem,

Ryż na mleku z musem jogurtowo – truskawkowym,

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Banan

### Wtorek 25 stycznia 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Płatki kukurydziane z mlekiem,

Bułka kajzerka z masłem i żółtym serem,

#### **Drugie śniadanie**

Owocowe chrupsy

#### **Obiad**

Zupka pomidorowa z zacierką, marchewką, pietruszką, porem, selerem i szczypiorkiem,


Nuggetsy drobiowe (pieczone w piecu), ziemniaki ze szczypiorkiem

Salatka z pora, jabłek i kiszzonego ogórka z sosem jogurtowym,

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

#### **Podwieczorek**

DESER – koktajl mango lassie (z mango i jogurtu greckiego)



**JADŁOSPIS**  
**od 24 stycznia 2022 r. do 28 stycznia 2022 r.**

**Środa 26 stycznia 2022 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Chleb wiejski z masłem i szczypiorkiem  
Paróweczki drobiowe na ciepło z keczupem,

**Drugie śniadanie**

Marchewki do chrupania

**Obiad**

Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną,  
Pierogi leniwe  
Kompot owocowy

**Podwieczorek**

Gruszka

**Czwartek 27 stycznia 2022 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao  
Rogal z masłem i dżemem z wiśni *(100% owoców, bez cukru i substancji słodzących)*

**Drugie śniadanie**


Mandarynka

**Obiad**

Zupka kartoflanka z marchewką, pietruszką i zieleniną, zabieleną śmietaną  
Klopsik wieprzowo – drobiowy z sosem pomidorowym (wypiekany w piecu), kaszotto jęczmienne,  
Fasolka szparagowa zielona i żółta gotowana na parze  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

**Podwieczorek**

Kisiel z czerwonych owoców (wiśnia, truskawka, aronia) + kiwi



**JADŁOSPIS**  
**od 24 stycznia 2022 r. do 28 stycznia 2022 r.**

**Piątek 28 stycznia 2022 r.**

**Śniadanie**

Kawa zbożowa z mlekiem

Herbata z cytryną

Chleb pyłowy z masłem, pastą z białego sera, jajek i szczypiorku + kolorowa papryka

**Drugie śniadanie**

Suszona śliwka

**Obiad**

Fasolatta z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem, cebulką, czosnkiem, majerankiem i szczypiorkiem

Paluszki rybne (własnej roboty, wypiekane w piecu), ziemniaki z cebulką,

Surówka z kiszonej kapusty z marchewką, czerwoną cebulką i jabłkiem,

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

**Podwieczorek**

Mus owocowy + biszkopcik

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.

