

## JADŁOSPIS

od 21 lutego 2022 r. do 25 lutego 2022 r.

### Poniedziałek 21 lutego 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Płatki owsiane z mlekiem z rodzynkami  
Bułeczka kielecka z masłem, sałatka masłowa i gotowanym jajkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Mandarynki

#### **Obiad**

Krupnik jęczmienny z mięsem z kurczaka, marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,  
Racuszki drożdżowe z brzoskwiniami i jogurtem naturalnym,  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Kisiel z czerwonych owoców (malinka, wiśnia, aronia, czerwona porzeczka)

### Wtorek 22 lutego 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbatka z sokiem malinowym  
Mleko  
Chleb ziarnisty z masłem i miodem,

#### **Drugie śniadanie**

Soczek świeżo wyciskany z marchewki i jabłek,

#### **Obiad**

Zupka brokułowa z ryżem, włoszczyzną i zieleniną  
Połędwiczki wieprzowe w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,  
Surówka z białej kapusty z marchewką, jabłkiem, porem i dresingiem jogurtowo – koperkowym,  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

#### **Podwieczorek**

Gumisiowy koktajl – z jagód leśnych i truskawek z jogurtem greckim,



**JADŁOSPIS**  
**od 21 lutego 2022 r. do 25 lutego 2022 r.**

**Środa 23 lutego 2022 r.**

**Śniadanie**

Kawa zbożowa z mlekiem,  
Herbata z cytryną  
Chleb pytlowy z masłem, twarożkiem koperkowo - jogurtowym (własnej roboty), szynka wieprzowa i świeżym ogórkiem,

**Drugie śniadanie**

Marcheweczki do chrupania

**Obiad**

Barszcz czerwony z ziemniakami, jajkiem i koperkiem,  
Risotto z mięsem wieprzowo – drobiowym, warzywami i sosem pomidorowym,  
Kompot z czarnych porzeczek

**Podwieczorek**

Jabłko

**Czwartek 24 lutego 2022 r.**

**Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao z mlekiem  
Chleb wiejski z masłem, pasztecikiem drobiowym, pomidorem malinowym i szczypiorkiem,

**Drugie śniadanie**

Bakaliowa przekąska – ziarna słonecznika i suszona żurawina

**Obiad**

Zupka rosółowa z zacierką, marchewka, pietruszką, cebulką, czosnkiem i zieleniną,  
Kotlet z indyka (wypiekany w piecu), ziemniaki z koperkiem,  
Mizeria ze szczypiorkiem, rzodkiewką i sosem jogurtowo – śmietankowym,  
Kompot z wiśni

**Podwieczorek**

Paczek z marmoladą + Herbatka ziołowa z cytryną



## JADŁOSPIS

od 21 lutego 2022 r. do 25 lutego 2022 r.

Piątek 25 lutego 2022 r.

### **Śniadanie**

Kawa zbożowa z mlekiem,  
Herbata z cytryną  
Chleb z masłem, filetem z makreli w sosie pomidorowym, kolorową papryką  
i szczypiorkiem,

### **Drugie śniadanie**

Kiwi

### **Obiad**

Zupka z groszku łupanego z ziemniakami, marchewka, pietruszka, porem, selerem,  
cebulką, czosnkiem, majerankiem i zieleniną,  
Kolorowy makaron z białym serem  
Marchewkowa suróweczka – z marchewki i jabłek z jogurtem greckim,  
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

### **Podwieczorek**

Gruszka

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.

