

## JADŁOSPIS

od 21 marca 2022 do 25 marca 2022 r.

### Poniedziałek 21 marca 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Płatki owsiane na mleku z rodzynkami,  
Bułeczka kielecka z masłem, żółtym serem i sałatka masłowa,

#### **Drugie śniadanie**

Mandarynki

#### **Obiad**

Żur z wiejską kielbasą, jajkiem, ziemniakami, majerankiem i czosnkiem  
Racuszki drożdżowe z jabłkami, brzoskwinia i jogurtem naturalnym  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Gruszka

### Wtorek 22 marca 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbatka owocowa  
Mleko  
Chleb ziarnisty z masłem i miodem,

#### **Drugie śniadanie**

Sok z marchewki i jabłek – świeżo wyciskany

#### **Obiad**

Zupka ze świeżego brokuła z marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką pietruszki  
Gulasz z szynki wieprzowej z pieczoną czerwoną papryką, ziemniaczki z koperkiem  
Surówka z białej kapusty z porą, marchewką, szczypiorku z dresingiem jogurtowo – koperkowym,  
Kompot wieloowocowy

#### **Podwieczorek**

DESER – galaretkę owocową z kremem z mascarpone i wiórkami gorzkiej czekolady



## JADŁOSPIS

od 21 marca 2022 do 25 marca 2022 r.

### Środa 23 marca 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną,  
Kawa zbożowa z mlekiem  
Kanapeczki z chleba pytłowego z masłem, szyneczką wieprzową, świeżym ogórkiem i listkami szpinaku

#### **Drugie śniadanie**

Kolorowa papryka

#### **Obiad**

Barszczyk czerwony z ziemniakami i koperkiem, zabieleny śmietaną  
Risotto z mięsem wieprzowo – drobiowym i warzywami z sosem pomidorowo – ziołowym,  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

DESER – Gumisiowy koktajl z borówek leśnych, truskawek z jogurtem naturalnym,

### Czwartek 24 marca 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną,  
Kawa zbożowa z mlekiem,  
Chleb zwykły z masłem, pasztetem drobiowy, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem

#### **Drugie śniadanie**


Kolorowe winogrono

#### **Obiad**

Zupka rosółowa z zacierką, marchewką, pietruszką i szczypiorkiem  
Kotleciki z indyka wypiekane w piecu, ziemniaki z koperkiem,  
Mizeria ze szczypiorkiem, rzodkiewką i sosem jogurtowo – śmietankowym,  
Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Drożdżówka z serem + herbatka z limonką,





## JADŁOSPIS

od 21 marca 2022 do 25 marca 2022 r.

### Piątek 25 marca 2022 r.

#### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem,

Chleb pyłowy z masłem, filetem z makreli w sosie pomidorowym, kolorową papryką i szczypiorkiem,

#### **Drugie śniadanie**

Kiwi

#### **Obiad**

Zupka z groszku łupanego z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem, porem, czosnkiem i majerankiem,

Kolorowy makaron z białym serem i miodem,

Marchewkowa suróweczka – z marchewki, ananasa z jogurtem naturalnym,

Kompot owocowy

#### **Podwieczorek**

Pomarańcza

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.

