

JADŁOSPIS
od 21 marca 2022 do 25 marca 2022 r.

Poniedziałek 21 marca 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Chleb pszenny z masłem, liściem zielonej sałatki, szynką drobiową, pomidorem malinowym i szczypiorkiem,

Drugie śniadanie

Banan

Obiad

Kapuśniaczek z białek kapusty z marchewką, pietruszką, porem, selerem i koperkiem,
Makaron z białym serem,
Kompot owocowy

Podwieczorek

Salatka owocowa z kolorowym winogronem, kiwi, pomarańczą, brzoskwinia i rodzynkami,

Wtorek 22 marca 2022 r.

Śniadanie

Herbatka owocowa
Zupka mleczna z płatkami ryżowymi
Bułka z kruszonką i masłem,

Drugie śniadanie

Mandarynka

Obiad

Zupka z kaszą manna, włoszczyzną i zieloną pietruszką,
Filet drobiowy duszony w ziołach, ziemniaki z koperkiem
Zielona sałatka z pomidorkami koktajlowymi, prażonym słonecznikiem i oliwą z oliwek
Kompot wieloowocowy

Podwieczorek

Jabłko



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 ziarnistego z masłem, listkami rozszonki, szynka wieprzową i czerwoną papryką,

Drugie śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupa jarzynowa z brokułem, kalafiolem, zielonym groszkiem, ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem i koperkiem,
Naleśniki z konfiturą owocową
Kompot owocowy

Podwieczorek

Twarożek waniliowy (własnej roboty) z melonem,

Czwartek 24 marca 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Kakao
Bułeczka pszenna z masłem, białym serkiem, pomidorkami truskawkowymi, czarnymi oliwkami i listkami rukoli

Drugie śniadanie


Żurawina suszona

Obiad

Zupka ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką i szczypiorkiem
Połędwiczki w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem,
Ćwikła z chrzanem,
Kompot owocowy

Podwieczorek

mus z bananów i jabłuszek,



JADŁOSPIS

od 21 marca 2022 do 25 marca 2022 r.

Piątek 25 marca 2022 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem,

Buleczka grahamka z masłem, pastą z ryby (makrela w sosie pomidorowym), żółta papryka, rzodkiewką i świeżym ogórkiem,

Drugie śniadanie

Ciasteczko owsiane + soczek owocowo – warzywny

Obiad

Zupka owocowa (z czerwonych owoców) z groszkiem ptysiowym,

Pierogi leniwe

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.

