

JADŁOSPIS
od 4 czerwca 2018 r. do 8 czerwca 2018 r.

Poniedziałek 4 czerwca 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem,

Samodzielne kanapeczki - Chleb orkiszowy z masłem, połówką drobiową (96 % mięsa- filet z kurczaka), świeżym ogórkiem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Winogrono kolorowe

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiolem, fasolką szparagową, zielonym groszkiem, marchewką, pietruszką, porem i ziemniakami,

Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosem z pomidorów ze świeżą bazylią

Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka

Wtorek 5 czerwca 2018 r.

Śniadanie

Mleko

Herbata malinowa

Bułka z masłem i dżemem, plaster białego sera

Drugie śniadanie

Woda z cytryną i świeżą miętą

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną i jarzynami

Pieczeń rzymska (robiona na miejscu), ziemniaczki młode z koperkiem,

Zielona sałatka (masłowa) z sosem na bazie jogurtu naturalnego i śmietany

Kompot z porzeczek, wiśni, truskawek i śliwki

Podwieczorek

DESER – zdrowe talerze – banan, ananas, świeże truskawki

JADŁOSPIS
od 4 czerwca 2018 r. do 8 czerwca 2018 r.

Środa 6 czerwca 2018 r.

Śniadanie

Kawa zbożowa z mlekiem

Herbata z cytryną

Chleb mieszany z masłem, szynką wieprzową (148 g mięsa na 100 g produktu), czerwoną papryką i rzodkiewką

Drugie śniadanie

Melon i arbuz

Obiad

Zupa ze świeżych brokułów z ziemniakami

Ryż z sosem owocowym - z malin i truskawek,

Kompot z porzeczki, wiśni, truskawki, śliwki

Podwieczorek

DESER – kisiel owocowy z jabłkami

Czwartek 7 czerwca 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Płatki kukurydziane z mlekiem,

Chałka z masłem

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

Obiad

Zupa ziemniaczana z jarzynami i zieleniną

Zrazik w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną,

Fasolka szparagowa (gotowana na parze)

Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – z jogurt naturalny z bananami i borówkami





„BAJKA”
Przedszkole Miejskie Nr 3

JADŁOSPIS

od 4 czerwca 2018 r. do 8 czerwca 2018 r.

Piątek 8 czerwca 2018 r.

Śniadanie

Kawa zbożowa z mlekiem
Herbata z cytryną
Bułka z masłem i twarożkiem ze szczypiorkiem, pomidorek malinowy

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupa pieczarkowa z tartym ciastem
Kotlecik rybny z miruny (pieczony), ziemniaki,
Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem i marchewką
Kompot z truskawek

Podwieczorek

Nektarynka

INTENDENT: M. Majder
SZEF KUCHNI: E. Wojtyna

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.

