

## JADŁOSPIS

od 5 listopada 2018 r. do 9 listopada 2018 r.

### Poniedziałek 5 listopada 2018 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

**Samodzielne kanapeczki** - Chleb pszenno - żytni z masłem – a do tego – szynka z indyka  
(filet z indyka 96% mięsa na 100g gotowego produktu), sałata masłowa, zielony ogórek, rzodkiewka

#### Drugie śniadanie

Mandarynki

#### Obiad

Żurek z jajkiem swojską kielbasą i ziemniakami,  
Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosem z pomidorów i ziół  
Kompot z porzeczki, aronii i truskawek

#### Podwieczorek

Banan

### Wtorek 6 listopada 2018 r.

#### Śniadanie

Herbata z cytryną

Płatki kukurydziane z mlekiem,

Bułeczka z masłem i miodem lipowym

#### Drugie śniadanie

Jabłko, kiwi

#### Obiad

Zupa grysikowa z marchewką, pietruszką, selerem i cebulką

Filet z kurczaka (pieczony), ziemniaki z koperkiem

**Kolorowe warzywa gotowane na parze** – kalafior, brokuł, marchewka, fasolka szparagowa

Kompot z wiśni

#### Podwieczorek

**DESER** – „Gumisiowy koktajl” – z jagód leśnych, truskawek i jogurtu naturalnego



## **JADŁOSPIS**

### **od 5 listopada 2018 r. do 9 listopada 2018 r.**

#### **Środa 7 listopada 2018 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao na mleku  
Chleb z masłem, kielbasą krakowską, pomidorkiem koktajlowym

##### **Drugie śniadanie**

Marchewka i czerwona papryka do chrupania

##### **Obiad**

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami i mięsem wieprzowym  
Szpinakowe naleśniki na słodko z białym serem i musem z malin,  
Kompot owocowy

##### **Podwieczorek**

Gruszka

#### **Czwartek 8 listopada 2018 r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną  
Kakao  
Chleb wiejski z masłem i żółtym serem, rzodkiewka do chrupania

##### **Drugie śniadanie**


Lemoniada z pomarańczy i limonki

##### **Obiad**

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, selerem cebulką, czosnkiem,  
Gulasz wieprzowy z kaszą jęczmienną  
Ćwikła  
Kompot ze śliwek

##### **Podwieczorek**

**DESER** – kolorowe galaretki z bananami





## **JADŁOSPIS**

### **od 5 listopada 2018 r. do 9 listopada 2018 r.**

#### **Piątek 9 listopada 2018r.**

##### **Śniadanie**

Herbata z cytryną

Kawa z mlekiem

Bułka z masłem, pastą jajeczną ze szczypiorkiem i pomidorami

##### **Drugie śniadanie**

**Owocowy talerzyk** – winogrono białe i czerwone, jabłko

##### **Obiad**

Zupa ogórkowa z ryżem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką,  
Kotlecik z ryby – miruna (pieczony), ziemniaki,

**Surówka z kiszonej kapustki z marchewką i jabłkiem**

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

##### **Podwieczorek**

Soczek – mus owocowy

#### **INTENDENT: SZEFEF KUCHNI:**

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 czarna, 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.

