

JADŁOSPIS

od 3 grudnia 2018 r. do 7 grudnia 2018 r.

Poniedziałek 3 grudnia 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki - Chleb pytlowy z masłem – a do niego - polędwicą z kurczaka (mięso 96 % mięsa z filetów z kurczaka na 100g gotowego produktu), sałatą masłową, pomidorkami koktajlowymi i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – orzechy włoskie, suszona żurawina, rodzynki

Obiad

Żurek z wiejską kielbasą, jajkiem, ziemniakami i majerankiem

Risotto z mięsem wieprzowym, jarzynką i sosem z pomidorów

Kompot z porzeczek, aronii i truskawek

Podwieczorek

Melon żółty

Wtorek 4 grudnia 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Płatki kukurydziane na mleku

Chałka z masłem i dżemem owocowym

Drugie śniadanie

Winogrono białe i czerwone

Obiad

Zupa grysikowa z marchewką, pietruszką, selerem i natką


Filet z indyka (pieczony), ziemniaki z koperkiem,

Surówka wielowarzywna – z marchewek, pietruszki, selera, kiszzonego ogórka, z jogurtem naturalnym

Kompot wieloowocowy – z agrestu, porzeczek, śliwek i truskawek

Podwieczorek

DESER „Palce lizać” – pyszny mus z avocado, bananów i jogurtu greckiego



JADŁOSPIS

od 3 grudnia 2018 r. do 7 grudnia 2018 r.

Środa 5 grudnia 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Chleb z masłem, świeżym ogórkiem, kolorową papryką i szczypiorkiem

Parówki drobiowe z keczupem

(parówki = 93% mięsa z piersi kurczaka na 100g gotowego produktu),

(keczup = 185g pomidorów na 100g gotowego produktu),

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania, ciasteczko z ziarnami słonecznika

Obiad

Zupa koperkowa z rybnymi kuleczkami (miruna), z marchewką, pietruszką, porem, cebulką i selerem, zabieleną śmietaną

makaron wypiekany z jabłkami i cynamonem

Kompot owocowy

Podwieczorek

Owocowy talerz – ananasy świeże, plaster pomarańczy, kiwi

Czwartek 6 grudnia 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, żółtym serem, pomidorkiem malinowym, rzodkiewką i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Lemoniada pomarańczowa z limonką

Obiad

Zupa pieczarkowa z tartym ciastem, marchewką, pietruszką, selerem, cebulką,


Zrazik w sosie śmietankowo – chrzanowym, ziemniaki z koperkiem


Fasolka szparagowa zielona i żółta gotowana na parze

Kompot ze śliwek

Podwieczorek

DESER – galaretko owocowa z jogurtem greckim, musem z truskawek i listkiem świeżej melisy





„BAJKA”
Przedszkole Miejskie Nr 3 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 3 grudnia 2018 r. do 7 grudnia 2018 r.

Piątek 7 grudnia 2018r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Mleko na ciepło
Bułka z masłem i miodem lipowym
Mandarynka

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Krupnik zabielały z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką,
Pierogi leniwe z maselkiem
Mini marcheweczki
Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Gruszka

INTENDENT: SZEF 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.

