

JADŁOSPIS

od 17 grudnia 2018 r. do 21 grudnia 2018 r.

Poniedziałek 17 grudnia 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Chąłka z dżemem truskawkowym (100% owoców)
Płatki kukurydziane z mlekiem

Drugie śniadanie

Marchewka do chrupania, mandarynka

Obiad

Zupa kalafiorowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem, i koperkiem, zabieleną śmietaną
Racuszki drożdżowe z jogurtem naturalny, a do nich owoce – brzoskwinie i borówka amerykańska
Kompot z porzeczki, aronii i truskawek

Podwieczorek

Herbata z cytryną
Chleb pytlowy z masłem i zieloną pastą (z wiejskiej kiełbaski, zielonej papryki i natki pietruszki)

Wtorek 18 grudnia 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Samodzielne kanapeczki - Chleb wieloziarnisty z masłem – a do niego – szynka drobiowa, jajko na twardo, rzodkiewka, świeży ogórek, szczypiorek.

Drugie śniadanie

½ szklanki soku owocowego (sok 100% owoców)

Obiad

Zupa buraczkowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem, i koperkiem
Zrazy wieprzowe – drobiowe w sosie własnym, kasza jęczmienna na sypko,
Sałatka z kiszzonego ogórka, pomidorów malinowych, szczypiorku i oliwy z oliwek
Kompot wiśniowy

Podwieczorek

Pomarańcza



JADŁOSPIS

od 17 grudnia 2018 r. do 21 grudnia 2018 r.

Środa 19 grudnia 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Mleko
Chleb graham z masłem i miodem

Drugie śniadanie

Bakaliowa przekąska – rodzyunki, ziarna słonecznika, płatki migdałów

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem i zielenią
Kotlecik mielony z ryby (miruna, pieczony), ziemniaki ze szczypiorkiem,
Marchewka z zielonym groszkiem
Kompot owocowy

Podwieczorek

Świąteczne ciasto - pyszny piernik własnego wypieku, z orzechami i śliwkowym powidłem
Herbata z cytryną

Czwartek 20 grudnia 2018 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa z mlekiem
Chleb pytlowy z masłem, pastą z białego sera, zieloną sałatką, kolorową papryką i szynką wieprzową

Drugie śniadanie

Winogrono białe i czerwone


Obiad

Zupa grysikowa z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zielenią
Udki drobiowe pieczone w miodzie i ziołach, ziemniaki z koperkiem
Kolorowa fasolka szparagowa (zielona i żółta) z maselkiem
Lemoniada z limonką, cytryną i miodem

Podwieczorek

DESER – koktajl bananowy z jogurtem i świeżym ananasem





„BAJKA”
Przedszkole Miejskie Nr 3 w
Leżajsku

JADŁOSPIS

od 17 grudnia 2018 r. do 21 grudnia 2018 r.

Piątek 21 grudnia 2018r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kawa zbożowa z mlekiem

Bułeczka kajzerka z masłem, serem żółtym, pomidorkiem malinowym i szczypiorkiem.

Drugie śniadanie

½ gruszki

Obiad

Zupa z groszku łupanego z majerankiem, włoszczyzną i ziemniakami,

Makaron wypiekany z jabłkami i cynamonem z sosem jogurtowo - waniliowym

Kompot z czarnych porzeczek, truskawek, aronii

Podwieczorek

Owsiane ciasteczko, soczek owocowy

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 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.

