

JADŁOSPIS

od 11 marca 2019 r. do 15 marca 2019 r.

Poniedziałek 11 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa zbożowa na mleku,

Samodzielne kanapeczki - Chleb z masłem – a do niego - szynka wiejska, zielona sałatka, pomidor, jajko na twardo, szczypiorek

Drugie śniadanie

Marcheweczki do chrupania

Obiad

Zupa gulaszowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem i ziemniakami,

Naleśniki z dżemem wiśniowym

Kompot owocowy

Podwieczorek

Gruszka

Wtorek 12 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Bułeczka z kruszonką i masłem

Drugie śniadanie

Rzodkiewka

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem, marchewką, pietruszką, porem, selerem, lubczykiem i zieleniną

Kotlecik z fileta drobiowego (pieczony), puree ziemniaczane,

Sałatka z kapusty pekińskiej, zielonego ogórka i pomidorków koktajlowych z sosem cytrynowo - ziołowym

Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka, cukier

Podwieczorek

DESER – „Gumisiowy koktajl” - jagodowo - jogurtowy



JADŁOSPIS

od 11 marca 2019 r. do 15 marca 2019 r.

Środa 13 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,
Zupka mleczna z zacierką,
Bułka pszenna z masłem i żółtym serem

Drugie śniadanie

Zdrowa przekąska – Kalarepka, żurawina suszona, cząstki mandarynki

Obiad

Zupa z groszku łupanego z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem, czosnkiem i majerankiem
Kaszotto (z kaszy jęczmiennej, jaglanej i gryczanej) z mięsem i sosem warzywno - pomidorowym
Owocowa herbatka

Podwieczorek

DESER – owocowa fantazja – pyszny mus malinowy z kawałkami banana, prażonym słonecznikiem, płatkami migdałów i siekaną gorzką czekoladą

Czwartek 14 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z miodem i cytryną
Kawa na mleku
Chleb wieloziarnisty z masłem, pasztecikiem drobiowym i kolorową papryką

Drugie śniadanie


Ciasteczko owsiane z żurawiną

Obiad

Zupa krem z jarzyn z groszkiem ptysiowym
Kiełbaski rumuńskie z papryką czerwoną (pieczone), ziemniaczki ze szczypiorkiem,
Kapustka zasmażana
Lemoniada z cytryną, limonką, miodem i melisą

Podwieczorek

DESER – owocowy kisiel do picia (własnej roboty, z czerwonych owoców)



JADŁOSPIS

od 11 marca 2019 r. do 15 marca 2019 r.

Piątek 15 marca 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Mleko

Chleb ziarnisty z masłem, pastą z białego sera, pomidorek koktajlowy i kielki rzodkiewki

Drugie śniadanie

Winogrono kolorowe – czerwone i białe

Obiad

Barszcz ukraiński z włoszczyzną i czerwoną fasolką

Pieczeń z ryby (miruna), ryż z kurkumą

Sałatkowy mix z sosem czosnkowo – koperkowym na bazie jogurtu naturalnego

Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka,

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.

W przedszkolu praktykowane jest (z powodzeniem i zadowoleniem) samodzielne komponowanie przez dzieci kanapeczek do śniadania.

