

JADŁOSPIS

od 30 września 2019 r. do 4 października 2019 r.

Poniedziałek 30 września 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną
Kawa zbożowa z mlekiem
Bułka z masłem, gotowanym jajkiem i szczypiorkiem

Drugie śniadanie

Białe winogrono

Obiad

Zupa koperkowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, porem, selerem, zabieleną śmietaną
Makaron z sosem warzywno - mięsnym
Kompot owocowy

Podwieczorek

DESER – „Gumisiowy sok” – pyszny koktajl z jagód leśnych i jogurtu naturalnego z owsianym ciasteczkiem

Wtorek 1 października 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa
Mleko
Kajzerka z masłem i miodem lipowym

Drugie śniadanie

Pomelo i ananas

Obiad

Zupa pieczarkowa z warzywami, tartym ciastem i świeżą natką
Kotlet mielony drobiowy (pieczony), ziemniaki z koperkiem,
Sałatka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, czerwonej papryki i sosu na bazie oliwy z oliwek, soku z cytryny i z czosnku
Kompot z owoców - porzeczka, wiśnia, truskawka, śliwka, cukier

Podwieczorek

Banan



JADŁOSPIS

od 30 września 2019 r. do 4 października 2019 r.

Środa 2 października 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną,

Kawa zbożowa z mlekiem

Samodzielne kanapeczki - Chleb razowy z masłem – a do niego – szynka wieprzowa, listki rukoli, rzodkiewka, pomidorki koktajlowe

Drugie śniadanie

Marchewka do chrupania

Obiad

Barszcz ukraiński z ziemniakami, fasolą, białą kapustą i włoszczyzną

Racuszki drożdżowe z jabłkami i brzoskwiniami

Kompot owocowy

Podwieczorek

Owocowy talerz – gruszka, kiwi, czerwone winogrono

Czwartek 3 października 2019 r.

Śniadanie

Herbata owocowa

Kawa zbożowa

Chleb z masłem, twarożkiem czosnkowo – koperkowym i pomidorem malinowym

Drugie śniadanie

Plaster arbuza

Obiad

Zupa ziemniaczana z marchewką, pietruszką, porem, selerem i zieleniną

Gulasz wieprzowy z kaszą jęczmienną


Fasolka szparagowa z masłem

Kompot truskawkowy

Podwieczorek

Kanapki – bułeczka z masłem, pasztetem, kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem

Herbatka owocowa



JADŁOSPIS

od 30 września 2019 r. do 4 października 2019 r.

Piątek 4 października 2019 r.

Śniadanie

Herbata z cytryną

Kakao

Chleb wiejski z masłem, żółtym serem i rzodkiewką

Drugie śniadanie

Jabłko

Obiad

Zupka kalafiorowa z makaronem orzo, marchewką, pietruszką, porem, selerem i natką pietruszki, zabieleną śmietaną,

Ryba pieczona z ziołami (miruna), ziemniaki z koperkiem

Sałatka z marchewki i jabłek

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

Podwieczorek

Soczek – mus owocowy

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.

