JADŁOSPIS – PRZEDSZKOLE

Posiłki podawane są w godzinach:

9.10 – śniadanie
12.15 - obiad

TYDZIEŃ I

PONIEDZIAŁEK
ŚNIADANIE: kawa z mlekiem, pieczywo z mąki pszennej i razowej z masłem, pasta z tuńczyka, szczypiorek
OBIAD: żurek z jajkiem, ziemniaki, natka pietruszki, jabłko, woda niegazowana
2,5,6,9,10,13

WTOREK
ŚNIADANIE: ryż na mleku z cynamonem, chleb (pszenica, żyto) słonecznikowy z masłem, woda niegazowana, słupki świeżej papryki
OBIAD: ziemniaki purée z koperkiem, nuggetsy, surówka z marchewki, jabłka i miodu, kompot truskawkowy
5,13

ŚRODA
ŚNIADANIE: herbata z cytryną, pieczywo wieloziarniste (pszenica, żyto) z masłem, szynka wieprzowa i pomidor
OBIAD: rosół z makaronem i pietruszką, woda niegazowana, malinowy deser z uśmiechem
2,10,13

CZWARTEK
ŚNIADANIE: zupa mleczna - budyniowa, pieczywo wieloziarniste z masłem, jabłko suszone
OBIAD: kasza, gulasz wieprzowy, surówka z ogórków kiszonych, woda z sokiem truskawkowym
1,5,13

PIĄTEK
ŚNIADANIE: herbata Rooibos, pieczywo z mąki pszennej i razowej z masłem i humusem
OBIAD: naleśniki z dżemem, herbata truskawkowa
2, 5,13,14

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od kuchni.
Dla alergików dieta zgodna z przyjętymi normami.

JADŁOSPIS – PRZEDSZKOLE

TYDZIEŃ II

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE: kawa z mlekiem, pieczywo wieloziarniste (pszenno-żytnie) z masłem, jajko, pomidor, jabłko suszone

OBIAD: krupnik z kaszy gryczanej z ziemniakami i zieloną pietruszką, grzanki, kisiel, jabłko

2,5,10,13

WTOREK

ŚNIADANIE: kasza jaglana z truskawkami, posypana cukrem trzcinowym, bułka graham z masłem

OBIAD: ziemniaki purée z koperkiem, kotlet schabowy w panierce sezamowej, kapusta kiszona zasmażana, kompot śliwkowy

2,5,13,14

ŚRODA

ŚNIADANIE: herbata z cytryną, pieczywo z mąki pszennej i razowej z masłem z masłem, szynka drobiowa, ogórek zielony

OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem, jogurt naturalny, woda niegazowana, gruszka

5,10,13

CZWARTEK

ŚNIADANIE: zupa mleczna - kaszka manna z malinami, chleb słonecznikowy z masłem, rzodkiewka, woda niegazowana

OBIAD: ryż, potrawka z kurczaka, marchewka gotowana z groszkiem, woda z sokiem truskawkowym

5,10,13

PIĄTEK

ŚNIADANIE: kakao naturalne, bułka z ziarnami z masłem i miodem, banan

OBIAD: ziemniaki purée z koperkiem, paluszki rybne z dorsza, buraczki na ciepło, herbata z dzikiej róży

5,9,13

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od kuchni.
Dla alergików dieta zgodna z przyjętymi normami.

JADŁOSPIS – PRZEDSZKOLE

TYDZIEŃ III

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE: kawa z mlekiem, pieczywo wieloziarniste (pszenno-żytnie) z masłem, ser żółty, jajko, sałata lodowa

OBIAD: zupa ogórkowa z kaszą jaglaną i koperkiem, paluszki, kisiel, owoce suszone

2,5,10,13

WTOREK

ŚNIADANIE: zupa mleczna - zacierka, chleb słonecznikowy z masłem, pomidor koktajlowy

OBIAD: ziemniaki purée z koperkiem, pałeczki z kurczaka, surówka z kiszonej kapusty, marchewki i oliwy, kompot jabłkowy

2,5,13

ŚRODA

ŚNIADANIE: herbata Rooibos, pieczywo z mąki pszennej i razowej z masłem, kiełbasa krakowska, ogórek zielony

OBIAD: kapuśniak z ziemniakami i pietruszką, wafle wielozbożowe z masłem i miodem, woda niegazowana, śliwka

5,10,13

CZWARTEK

ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku z truskawkami, posypana cukrem trzcinowym, chleb wielozbożowy z masłem, słupki marchewki, woda niegazowana

OBIAD: zapiekanka Shreka z makaronem, szpinakiem i pestkami dyni, polane oliwą z oliwek i serem, woda z sokiem morelowym

2,5,13

PIĄTEK

ŚNIADANIE: herbata z cytryną, pieczywo wieloziarniste z masłem, twarożkiem, rzodkiewka i szczypiorkiem

OBIAD: ziemniaki, paluszki rybne, kapusta czerwona zasmażana, herbata owocowa

2,5,9,13

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od kuchni.
Dla alergików dieta zgodna z przyjętymi normami.

JADŁOSPIS – PRZEDSZKOLE

TYDZIEŃ IV

PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE: kawa z mlekiem, chleb (pszenica, żyto) słonecznikowy z masłem, pasta z sera, jajka i szczypiorkiem

OBIAD: zupa z fasolki szparagowej z warzywami i zieloną pietruszką, paluszki, kisiel, jabłko

2,5,10,13

WTOREK

ŚNIADANIE: kukurydzianka na mleku, bułka graham z masłem, woda niegazowana, słupki marchewki

OBIAD: ziemniaki purée z koperkiem, kotlety mielone, szpinak na ciepło, woda z sokiem malinowym

2,5,13

ŚRODA

ŚNIADANIE: herbata z cytryną, pieczywo z mąki pszennej i razowej z masłem, szynka drobiowa, pomidor, sałata lodowa

OBIAD: zupa neapolitańska, wafle przekładane nutellą i powidłami śliwkowymi, woda niegazowana z cytryną

5,7,10,13

CZWARTEK

ŚNIADANIE: zupa mleczna ryżowa, chleb wielozbożowy z masłem, woda niegazowana, jabłka suszone

OBIAD: kasza jęczmienna z masłem, karkówka duszona w ziołach, ogórek kiszony, kompot wiśniowy

5,13

PIĄTEK

ŚNIADANIE: herbata z cytryną, pieczywo z mąki pszennej i razowej, z masłem, jajko, ogórek zielony, rzodkiewka

OBIAD: ziemniaki purée z koperkiem, ryba miruna duszona, buraczki na ciepło, herbata z dzikiej róży

2,5,9,13

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od kuchni.
Dla alergików dieta zgodna z przyjętymi normami.