

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi

Okres	12.03.2018 - 16.03.2018
Dieta	Podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
12.03.2 018 Poniedziałek	Chleb żytni 35g z masłem 5g, szynka starożywiecka 20g, roszpunka 0,06. Kakao 200ml.	Zupa ziemniaczana na łyżatce i boczku 200ml. Placuszki z sera białego z cukrem pudrem 120g. Kompot 200ml, 1/2 kiwi 30g.	Chleb jogurtowy 35g z masłem 5g, pasta z cieciorke i suszonych pomidorów 20g. Herbata miętowa 200ml, marchew 5g.
13.03.2 018 Wtorek	Zupa mleczna z gwiazdkami cynamonowymi 200ml. Chleb orkiszowy 35g z masłem 5g, 1/2 banana 60g.	Zupa cebulowa na oliwie z oliwek z grzankami i śmietaną 200ml. Pieczeń z karczku 60g, ziemniaki 120g, surówka z selera i jabłka z jogurtem 60g. Kompot 200ml.	Bułka jaglana 35g z masłem 5g. Koktajl truskawkowy 200ml.
14.03.2 018 Środa	Graham 35g z masłem 5g frankfurterki 60g, keczup, papryka 10g. Kawa inka z mlekiem 200ml.	Barszcz z ziemniakami i śmietaną na łyżatce 200ml. Potrawka meksykańska z makaronem 120g, 1/2 banana 65g. Kompot 200ml.	Pieczyno mieszane 35g z masłem 5g pasta z wędlin, pory i ogórkiem kiszonym 20g. Mleko waniliowe 200ml.
15.03.2 018 Czwartek	Chleb wieloziarnisty 35g z masłem 5g serem żółtym 20g i rzodkiewką 6g. Kawa zbożowa z mlekiem 200ml.	Zupa pomidorowa z makaronem i śmietaną na kurczaku 200ml. Kotlet mielony drobiowy 60g, ziemniaki 120g, surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem 60g, mandarynka 70g. Kompot 200ml.	Budyń waniliowy 120g, batonik fitness. Marchewka 5g
16.03.2 018 Piątek	Płyta szwedzka: Chleb orkiszowy 35g z masłem 5g, szynka królewska 10g, ser żółty 7g, sałata 0,04g, jajko 10g, miód 7g, śliwka kalifornijska 10g. Bawarka 200ml.	Zupa ryżowa na indyku 200ml.. Ryba po grecku 60g, ziemniaki 120g, 1/4 pomarańczy 60g. Kompot 200ml.	Drożdżówka z serem 35g, Chrupiące plasterki 5g. Mleko 200ml.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor