

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi

Okres	09.04.2018 - 13.04.2018
Dieta	Podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
09.04.2018 Poniedziałek	Chleb żytni 40g z masłem 5g, szynką starożywiecką 20g, sałatą rukola 0,06g. Kakao 200ml.	Żur z ziemniakami na łyżatce i boczku 200ml. Placuszki drożdżowe 120g. Tarte jabłko 60g. Kompot 200ml.	Chleb jogurtowy 40g z masłem 5g, pomidorem i szczypiorem 20g. Herbata miętowa 200ml.
10.04.2018 Wtorek	Zupa mleczna z ryżem 200ml. Chleb orkiszowy 40g z masłem 5g i ogórkiem zielonym 20g.	Zupa selerowa na maśle z grzankami 200ml. Kotlet mielony 60g, ziemniaki 120g, sałata ze śmietana 60g. Kompot 200ml.	Bułka jaglana 35g z masłem 5g i dżemem 10g. Herbata z cytryną 200ml. 1/4 pomarańczy 50g.
11.04.2018 Środa	Chleb graham 40g z masłem 5g, parówki z szynki 60g, keczup. Papryka 10g. Kawa zbożowa z mlekiem 200ml.	Zupa szpinakowa z lanym ciastem i śmietaną na udźcu indyckim 200ml. Bogracz mięsny z ziemniakami 120g. Kompot 200ml. 1/2 banana 60g.	Kanapki wiosenne z pieczywa mieszanego 40g z szynki 10g, rzodkiewki 2g, sałaty 0,04g sera żółtego 0,7 i jajka 10g. Mleko 200ml.
12.04.2018 Czwartek	Chleb wieloziarnisty 40g z masłem 5g, serem żółtym 20g i ogórkiem zielonym 10g. Kawa inka z mlekiem 200ml.	Barszcz z ziemniakami na łyżatce ze śmietaną 200ml. gulasz drobiowy 60g, kasza gryczana 120g. Surówka wielowarzywna 60g. Kompot 200ml.	Kasza manna na mleku z masłem i cynamonem 120g. Pałeczki kukurydziane 7g. Winogrono 40g. Woda 200ml.
13.04.2018 Piątek	Chleb orkiszowy 40g z masłem 5g, kiełbasą szynkową 10g, ser żółty 7g i ogórek kiszony 10g, pomidor 10g, sałata 0,04g Słonecznik 10g. Bawarka 200ml.	Zupa brukselkowa na kurczaku z ziemniakami 200ml. Ryż z koktailem truskawkowym 120g. Kompot 200ml. 1/2 kiwi 30g.	Chleb jaglany 40g z masłem 5g, pastą z makreli, jajka i korniszona 30g. Herbata owocowa 200ml.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor