

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi	
Okres	19.09.2022 - 23.09.2022
Dieta	Podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
19.09.2022 Poniedziałek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka drobiowa 20g, rukola. Kakao-200ml(2)	Zupa koperkowa na łyżeczce z ziemniakami i śmietaną 200ml(1,2) Placuszki z bananem 120g(1,2) Kompot 200ml. Marchewka	Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), z białą rzodkiewką 20g. Herbata miętowa 200ml.
20.09.2022 Wtorek	Zupa mleczna z zacierką 200ml(1,2) Chleb jaglany 35g(1) z masłem 5g(2). Jabłko	Zupa brokułowa na maśle z ryżem i śmietaną 200ml(1,2) Bitki z polędwicy 70g z ziemniakami 120g(1). surówka z selera 60g(2). Kompot 200ml.	Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) pasta jajeczna z serem żółtym i pora 20g(2,3) Herbata owocowa 200ml.
21.09.2022 Środa	Pieczewo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) frankfurterki 70g, keczup. Papryka-20g. Herbata z cytryną 200ml.	Zupa ogórkowa na kurczaku z ziemniakami i śmietaną 200ml(1,2) Spaghetti mięsne z makaronem i sosem pomidorowym 120g(1) Kompot-200ml Arbuz	Bułka maślana 35g(1) z masłem 5g(2) i dżemem 20g Mleko-200ml Winogrono
22.09.2022 Czwartek	Chleb graham 35g(2) z masłem 5g(2) ser biały z czosnkiem, ogórkiem zielonym i jogurtem 20g(2) Kawa inka 200ml(1,2)	Zupa pieczarkowa na indyku ziemniakami i śmietaną 200ml(1,3,11) Pulpety drobiowe 70g, warzywa na patelnie 120g(1) Kompot 200ml. Gruszka	"Słodkie jajko" Brzoskwinia z serem waniliowym 120g(2) Wafle ryżowe 15g. Woda z sokiem-200ml
23.09.2022 Piątek	"Szwedzki stół" Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka 20g, ser żółty 20g, ogórek kiszony 20g, jajko 20g(3), rzodkiewka 20g, sałata. Bawarka 200ml	Zupa jarzynowa na kurczaku ze śmietaną 200ml(2) Ryba w cieście 80g(1,3,4) z ziemniakami 120g(1) surówka z kapusty kiszonej z marchewką i jabłkiem 60g. Kompot 200ml.	Baton 35g(1) z masłem 5g(2) z serem Bieluch 20g i pomidorem-20g. Herbata z cytryną-200ml.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor