



| Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi | |
|---|-------------------------|
| Okres | 10.10.2022 - 14.10.2022 |
| Dieta | Podstawowa |

| Data | śniadanie | obiad | Podwieczorek |
|----------------------------|---|---|---|
| 10.10.2022 Poniedziałek | Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) kurczak gotowany 20g, roszponka. Kakao-200ml(2) | Zupa grochówka na łopatkę i boczku z ziemniakami 200ml (1,11). Makaron z jabłkiem i cynamonem 120g(1) Kompot 200ml. Biała rzodkiew | Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), serem żółtym 20g i pomidorem 20g Herbata miętowa-200ml. |
| 11.10.2022 Wtorek | Zupa mleczna z gwiazdkami cynamonowymi 200ml(1,2) Chleb jaglany 35g(1) z masłem 5g(2) Banan. | Zupa koperkowa na maśle z grysikiem i śmietaną 200ml(1,2) Pieczeń z karczku 70g, ziemniaki 120g(1), Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem zielonym, papryką i kukurydzą 60g. Kompot-200ml. | Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) pasta z wędlin 30g. z korniszonem 20g. Herbata owocowa-200ml. Jabłko |
| 12.10.2022 Środa | Pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) kiełbaski pyszne 70g, keczup 15g. Pomidorki koktajlowe 20g. Herbata z cytryną-200ml. | Zupa ziemniaczana na kurczaku i boczku 200ml(1) Łazanki mięsne 120g(1) Kompot-200ml. Śliwka | Bułka maślana 35g(1) z masłem 5g(2) i dżemem 20g Mleko-200ml Marchewka |
| 13.10.2022 Czwartek | Chleb graham 35g(2) z masłem 5g(2) pasztetem drobiowym 20g(1,2,7) i ogórkiem kiszonym 20g. Kawa zbożowa-200ml | Zupa brokułowa na indyku z ziemniakami i śmietaną 200ml(1,2) Bitki drobiowe 70g, warzywa na patelnie z ryżem 150g(1) Kompot 200ml. Gruszka | Wafle kukurydziane 20g(1) Maślanka owocowa 200ml(2) Winogrono |
| 14.10.2022 Piątek | "Szwedzki stół" Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka ukopconą 20g, ser żółty 20g, ogórek zielony 20g, papryka 20g, sałata. Bawarka 200ml | Zupa marchewkowa na kurczaku z kaszą jaglaną i śmietaną 200ml(1,2) Jajko sadzone 60g(3) ziemniaki 120g(1) fasolka szparagowa-60g. Kompot - 200ml. Kiwi | Baton 35g(1) z masłem 5g(2) tuńczyk z serem białym i szczypiorkiem 35g(4,2). Herbata z cytryną 200ml. |

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor