

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi



Okres 17.10.2022 - 21.10.2022

Dieta Podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
17.10.2022 Poniedziałek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) polędwica sopocka20g, roszponka. Kakao-200ml(2)	Żurek na łopatkce z boczkiem, ziemniakami i śmietaną200ml (1,2,11) Naleśniki z serem i dżemem 120g(1,2,3) Kompot-200ml. Jabłko	Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), z ogórkiem zielonym20g i szczypiorkiem. Herbata miętowa-200ml.
18.10.2022 Wtorek	Zupa mleczna z lanym ciastem 200ml(1,2) Chleb jaglany 35g(1) z masłem 5g(2) Marchewka	Zupa porowa na maśle z ryżem i śmietaną 200ml(1,2) Bitki z polędwicy70g z ziemniakami 120g(1). surówka wielowarzynna 60g. Kompot-200ml. Suszone plasterki jabłka	Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) Humus-pasta z cieciorki i suszonych pomidorów20g(3), ogórek konserwowy20g. Herbata owocowa z miodem-200ml.
19.10.2022 Środa	Pieczycwo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) frankfurterki70g, keczup dla dzieci. Pomidorki koktajlowe20g. Herbata z cytryną-200ml.	Zupa selerowa na kurczaku z ziemniakami i śmietaną 200ml(1,2) Bigos z kapusta kiszona z mięsem, boczkiem, kiełbasą i pieczarkami120g, bułka kajzerka 35g(1) Kompot-200ml Banan	Baton 35g(1) z masłem 5g(2) serek waniliowy z Piątnicy150g(2) Mleko-200ml Winogrono
20.10.2022 Czwartek	Chleb graham 35g(2) z masłem 5g(2) ser biały z czosnkiem, ogórkiem zielonym i jogurtem20g(2) Kawa inka 200ml(1,2)	Zupa z fasolki szparagowej na indyku z ziemniakami i śmietaną 200ml(1,2) Gulasz drobiowy 70g z kaszą jęczmienną120g(1) ogórek kiszony60g. Kompot-200ml.	Kisiel owocowy z jogurtem 120g(2) Pałki kukurydzane 8g(1) Gruszka Woda200ml
21.10.2022 Piątek	"Szwedzki stół" Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka z beczki20g, ser żółty20g(2), jajko 20g(3), ogórek kiszony20g, rzodkiewka20g, sałata. Bawarka200ml	Rosół na kurczaku z makaronem literki- 200ml(1) Ryba panierowana 80g(1,3,4) z ziemniakami 120g(1) kapusta zasmażana60g. Kompot 200ml. Śliwka	Drożdżówka z serem100g(1,2). Herbata z cytryną i miodem200ml Kiwi

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor