

## Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi



Okres	31.10.2022 - 04.11.2022
Dieta	Podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
31.10.2022 Poniedziałek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) pasztetem 20g(1,2,7) i korniszonem 20g. Kakao-200ml.	Zupa marchewkowa na maśle z ryżem i śmietaną 200ml(1,2) Placki ziemniaczane 120g(1) Kompot 200ml Jabłko	Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), z białą rzodkiewką 20g. Herbata miętowa-200ml.
02.11.2022 Środa	Pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) kiełbaski pyszne 70g, keczup 15g. Papryka 20g. Herbata z cytryną-200ml.	Zupa jarzynowa na kurczaku ze śmietaną 200ml(2) Kopytka leniwe (ser biały) z masłem i cukrem 120g(1,2,3). Kompot-200ml. Banan	Bułka mała 35g(1) z masłem i miodem 20g(2) Mleko-200ml. Suszone chipsy z jabłka
03.11.2022 Czwartek	Chleb graham 35g(2) z masłem 5g(2) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 20g(2) Kawa inka-200ml	Zupa ogórkowa na indyku z ziemniakami i śmietaną 200ml(1,2,11). Kotlecik drobiowe 60g warzywa na patelni 120g(1) Kompot-200ml. Gruszka	Budyń waniliowy 120g(2) z gorzką czekoladą 20g. Wafle kukurydziane 20g(1) Winogrono. Woda-200ml
04.11.2022 Piątek	"Szwedzki stół" Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) połędwica sopocka 20g, ser żółty 20g(2), jajko 20g(3), ogórek zielony 20g, sałata. Bawarka-200ml	Zupa porowa na kurczaku z kaszą jaglaną i śmietaną 200ml(1,2) Ryba w cieście 80g(1,3,4) z ziemniakami 120g(1) surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i jabłkiem 60g. Kompot-200ml.	Baton 35g(1) z masłem 5g(2) pasta z sera żółtego z zieloną cebulką 20g Herbata z cytryną-200ml Kalarepa

**ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE**

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor