

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi



Okres	14.11.2022 - 18.11.2022
Dieta	Podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
14.11.2022 Poniedziałek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka okopcona 20g, roszponka. Kakao-200ml(2)	Żurek na łopatkę z boczkiem, ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2,11) Ryż z koktajlem owocowym 120g(1,2) Kompot-200ml.	Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), z ogórkiem zielonym 20g i szczypiorkiem. Herbata owocowa z miodem-200ml.
15.11.2022 Wtorek	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml(1,2) Chleb wieloziarnisty 35g(1) z masłem 5g(2) Jabłko	Zupa grysikowa na kurczaku 250ml(1,11) Kotlet mielony 70g z ziemniakami 120g(1) sałata ze śmietaną 20g(2) Kompot 200ml.	Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) pasta z wędlin 20g. rzodkiewka 20g. Herbata owocowa 200ml.
16.11.2022 Środa	Pieczyno mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) kielbaski pyszne 70g, keczup 15g. Pomidorki koktajlowe 20g. Herbata z cytryną-200ml.	Barszcz czerwony na kurczaku z ziemniakami i śmietaną 200ml(1,2,11) Potrawka meksykańska z makaronem 120g(1) Kompot 200ml. Gruszka	Drożdżówka z dżemem 100g(1,2). Mleko bananowe 200ml(2) Marchewka do schrupania.
17.11.2022 Czwartek	Chleb graham 35g(1) z masłem 5g(2) jajecznica ze szczypiorkiem 20g(3) Kawa zbożowa-200ml(1,2)	Zupa z fasolki szparagowej na indyku z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2,11) Pieczeń drobiowa 70g, kasza bulgur 120g(1), Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem zielonym, papryką i kukurydzą 60g. Kompot 200ml.	Kisiel owocowy z jogurtem 120g(2) Chrupiące plasterki. Winogrona Woda 200ml
18.11.2022 Piątek	"Szwedzki stół" Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka 20g, ser bieluch 20g(2), pomidor 20g korniszon 20g, sałata. Bawarka 200ml	Zupa szczawiowa na kurczaku z ryżem i śmietaną 200ml(1,2,11). Ryba panierowana 80g(1,3,4) z ziemniakami 120g(1) kapusta zasmażana 60g. Kompot 200ml. Melon	Baton 35g(1) z masłem 5g(2) ser żółty 20g(2), papryka 20g. Herbata z cytryną-200ml. Banan i soczek (wycieczka)

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor