

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi

Okres 21.11.2022 - 25.11.2022

Dieta Podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
21.11.2022 Poniedziałek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka z beczki20g, rukola. Kakao-200ml(2)	Zupa kalafiorowa na łyżce z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2) Racuchy drożdżowe z jabłkiem i cynamonem120g(1,2) Kompot-200 ml. Marchewka	Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), białą rzodkiew20g. Herbata miętowa-200ml.
22.11.2022 Wtorek	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200ml(1,2) Chleb jaglany35g(1) z masłem 5g(2) Banan.	Zupa jarzynowa na oliwię z oliwek ze śmietaną 250ml(2) Bitki z polędwiczki70g z ziemniakami 120g(1). surówka wielowarzywna 60g. Kompot-200ml.	Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) pasta jajeczna z suszonymi pomidorami 20g(3) Herbata owocowa 200ml.
23.11.2022 Środa	Pieczewo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) kielbaski z szynki70g, keczup dla dzieci. Papryka do chrupania20g. Herbata z cytryną z miodem-200ml.	Zupa cebulowa na kurczaku z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2,11) Łazanki z kapustą kiszoną, kielbasą i boczkiem120g(1) Kompot-200ml. Gruszka	Baton 35g(1) z masłem 5g(2) ser żółty20g(2), korniszon20g. Mleko-200ml. Chrupiące plasterki (Wycieczka: banan+ soczek)
24.11.2022 Czwartek	Chleb graham 35g(1) z masłem 5g(2) pasztet drobiowy20g(1,2,7) pomidor20g. Kawa zbozowa-200ml(1,2)	Zupa szpinakowa na indyku z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2) Gulasz drobiowy60g z kaszą gryczaną120g(1) marchewka gotowana60g. Kompot-200ml. Jabłko	Kasza manna na mleku150ml(1,2) Biszkopty bez cukru(1,3) Winogrona Woda-200ml
25.11.2022 Piątek	"Szwedzki stół" Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka swojska20g, ser żółty20g(2), jajko gotowane20g(3) ogórek zielony20g, sałata. Bawarka-200ml	Zupa ryżowa na kurczaku ze śmietaną 250ml (1,2,11) Klopsy rybne 60g(1,2,4) z ziemniakami 120g(1) surówka francuska (z ogórka kiszzonego, marchewki, pora, jabłka z jogurtem)60g(2) Kompot 200ml.	Bułka grahamka 35g(1) z masłem 5g(2) Twarożek ze szczypiorkiem20g(2) Herbata z cytryną 200ml(1,2) Melon

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor