

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi



Okres	05.12.2022 - 09.12.2022
Dieta	Podstawowa

Data	śniadanie	obiad	Podwieczorek
05.12.2022 Poniedziałek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka20g, rukola. Kakao-200ml(2)	Zupa grochówka na łopatkę i boczku z ziemniakami 250ml(1,11). Placuszki serowe120g(1,2) Kompot 200ml. Jabłko.	Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), z ogórkiem zielonym20g i szczypiorkiem. Herbata miętowa-200ml.
06.12.2022 Wtorek	Zupa mleczna z makaronem gwiazdki 200ml(1,2) Chleb wieloziarnisty 35g(1) z masłem 5g(2) Marchewka do schrupania	Zupa ogórkowa na kurczaku z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2) Pieczeń rzymska 70g, ziemniaki 120g(1) buraczki60g. Kompot-200ml Paczka na Mikołaja	Banan w czekoladzie120g. Woda-200ml
07.12.2022 Środa	Pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) kielbaski pyszne70g, keczup15g. Papryka20g. Herbata z cytryną 200ml.	Zupa z fasolki szparagowej na indyku z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2) Bigos z kapusta kiszona z mięsem, boczkiem, kielbasą i pieczarkami120g, bułka kajzerka 35g(1) Kompot 200ml Mandarynka	Baton 35g(1) z masłem 5g(2) 1/2 jajka 20g(3) sos chrzanowy z jogurtem i zieloną cebulką(2) Mleko200ml(2)
08.12.2022 Czwartek	Chleb graham 35g(2) z masłem 5g(2) serek almette 20g(2), rzodkiewka20g Kawa inka-200ml(1,2)	Krupnik na żołądkach z ziemniakami 250ml(1,11) Wątróbka z indyka70g, ziemniaki120g(1) ogórek kiszony60g. Kompot200ml	Rogal maślany 35g(1) z masłem i miodem 20g(2) Herbata owocowa-200ml Winogrono
09.12.2022 Piątek	"Szwedzki stół" Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka z beczki20g, ser żółty20g(2), pomidor20g, korniszon20g. sałata. Bawarka-200ml	Zupa porowa na oliwie z kaszą manną i śmietaną 250ml(1,2) Ryba w cieście 60g(1,3,4) z ziemniakami 120g(1) surówka z selera z jogurtem60g. Kompot 200ml. Melon	Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) Humus-pasta z cieciorci i suszonych pomidorów 20g(3), Herbata z cytryną 200ml.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor