

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi



Okres	27.12.2022 - 30.12.2022
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
27.12.2022 Wtorek	Zupa mleczna z lanym ciastem 200ml(1,2) Chleb z czarnuszką 35g(1) z masłem 5g(2)	Zupa marchewkowa na maśle z śmietaną 250ml(1,2) Kopytka z masłem i cukrem 120g(1) Kompot 200ml.	Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) Humus-pasta z ciecioriki i suszonych pomidorów 20g(3), Herbata owocowa 200ml.
28.12.2022 Środa	Pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) kiełbaski z szynki 70g, keczup dla dzieci, papryka 20g. Herbata z cytryną-200ml	Żurek na kurczaku i boczku ziemniakami śmietaną 250ml(1,2,11) Potrawka meksykańska z ryżem 120g(1) Kompot 200ml. Mandarynka	Bułka maślana 35g(1) z masłem 5g(2) Mleko czekoladowe-200ml
29.12.2022 Czwartek	Chleb graham 35g(2) z masłem 5g(2) z serem białym 20g(2) rzodkiewka 8g. Kawa zbożowa 200ml(1,2)	Rosół na indyku z makaronem nitki- 250ml(1,11) Pulpety drobiowe 60g z sosem pieczarkowym i śmietaną, kasza bulgur 120g(1) surówka z ogórka kiszzonego z marchewką 60g Kompot 200ml	Kasza manna na mleku 150ml(1,2) Biszkopty bez cukru(1,3) Winogrona Woda-200ml
30.12.2022 Piątek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka 20g, ser żółty 20g(2), ogórek zielony 20g, sałata. Bawarka-200ml	Zupa brukselkowa na oliwie ze śmietaną 250ml(2,11) Jajko sadzone 60g(3) ziemniaki 120g(1) kalafior-60g. Kompot-200ml Pomarańcz	Baton 35g(1) z masłem 5g(2) pasta rybna z zieloną cebulką 35g(2,4). Herbata z cytryną-200ml.

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor