

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z oddziałami integracyjnymi



| | |
|-------|-------------------------|
| Okres | 23.01.2023 - 27.01.2023 |
| Dieta | Podstawowa |

| Data | Śniadanie | Obiad | Podwieczerek |
|----------------------------|---|--|--|
| 23.01.2023 Poniedziałek | Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) połędwica sopocka20g, roszponka. Kakao-200ml(2) | Żurek na łopatkę z boczkiem, ziemniakami i śmietaną250ml(1,2,11) Naleśniki z serem i dżemem 120g(1,2,3) Kompot 200ml. Chrupiące plasterki | Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), z pomidorem20g i zieloną cebulką. Herbata miętowa-200ml. |
| 24.01.2023 Wtorek | Zupa mleczna z grykiem 200ml(1,2) Chleb wieloziarnisty35g(1) z masłem 5g(2) Jabłko | Zupa koperkowa na maśle z zacierką 250ml(1,2) Kotlet schabowy70g ziemniaki120g(1) mizeria ze śmietaną60g(2) Kompot 200ml. | Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) pasta z szynki ze szczypiorkiem20g Herbata owocowa 200ml. |
| 25.01.2023 Środa | Pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) kiełbaski pyszne70g, keczup dla dzieci, rzodkiewka20g. Herbata z cytryną-200ml | Barszcz ukraiński na kurczaku z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2) Spaghetti mięsne z makaronem i sosem pomidorowym120g(1) Kompot-200ml Melon | Bułka kajzerka35g(1) z masłem 5g(2) z serem żółtym20g(2) i korniszonem20g Mleko-200ml Marchewka |
| 26.01.2023 Czwartek | Chleb graham 35g(2) z masłem 5g(2) z serem białym20g(2) z ogórkiem zielonym i czosnkiem20g Kawa inka200ml(2) | Zupa pieczarkowa na indyku ziemniakami i śmietaną 200ml(1,3,11) Gulasz drobiowy60g z kaszą gryczaną120g(1) surówka wielowarzywna60g. Kompot-200ml | Kisiel owocowy z jogurtem120g(2) Biszkopty bez cukru(1,3) Winogrona Woda-200ml |
| 27.01.2023 Piątek | Chleb żytni 35g(1) z masłem5g(2) szynka20g, ser żółty20g(2), jajko gotowane20g(3) sałata. Bawarka-200ml | Zupa jarzynowa na oliwię z oliwek ze śmietaną i ryżem250ml(2) Klopsy rybne 60g(1,2,4) z ziemniakami 120g(1) kapusta zasmażana60g Kompot 200ml | Baton 35g(1) z masłem 5g(2) z serkiem Danio20g(2), Herbata z cytryną-200ml. Mandarynka |

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor