

## Jadłospis - Przedszkole nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi



Okres	15.01.2024 - 19.01.2024
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
15.01.2024 Poniedziałek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) polędwica sopocka20g, roszponka. Kakao-200ml(2)	Kapuśniak na łopatkce i boczku z ziemniakami 250ml(1,11) Racuchy drożdżowe z jabłkiem120g(1,2,3) Kompot-200 ml. Chrupiące plasterki	Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), rzodkiewką8g Herbata miętowa-200ml.
16.01.2024 Wtorek	Zupa mleczna z płatkami cynamonowymi 200ml(1,2) Chleb wieloziarnisty35g(1) z masłem 5g(2) Gruszka	Zupa pieczarkowa na kurczaku z makaronem i śmietaną 250ml(1,3,11) Bitki z polędwiczki60g z ziemniakami 120g(1). surówka z kapusty pekińskiej z papryką, ogórkiem zielonym i kukurydzą60g. Kompot-200ml.	Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) pasta z tuńczyka z serem białym i zieloną cebulką35g (2). Herbata owocowa200ml.
17.01.2024 Środa	Pieczywo mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) parówki z szynki70g, keczup dla dzieci, papryka czerwona20g. Herbata z cytryną-200ml	Zupa marchewkowa na kurczaku z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2) Leczo z pieczarkami, boczkiem i kiełbasą120g(1) bułka mała 35g. Kompot 200ml. Mandarynka	Banan w czekoladzie120g(2) Żurawina Woda-200ml
18.01.2024 Czwartek	Chleb graham 35g(1) z masłem 5g(2) serek almette 20g(2), pomidor20g Kawa Inka-200ml(1,2)	Zupa porowa na indyku z ryżem i śmietaną 250ml(1,2) Kotlet po parysku60g ziemniaki120g(1) buraczki z jabłkiem60g. Kompot 200ml.	Baton 35g(1) z masłem5g(2) z awokado25g Mleko waniliowe-200ml(2)
19.01.2024 Piątek	Chleb żytni35g(1) szynka swojska20g ser żółty20g(2) ogórek zielony20g sałata Herbata z cytryną i miodem-200ml(2)	Zupa brokułowa na kurczaku z ziemniakami z grysikiem250ml(1,2) Jajko gotowane w sosie koperkowym i śmietaną20g(3,2) ziemniaki 120g(1) kalafior60g. Kompot 200ml Melon	Bułeczka cynamonowa45g(1,2,3) Soczek-200ml Marchewka do schrupania

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor