

Jadłospis - Przedszkole nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi



Okres	22.01.2024 - 26.01.2024
Dieta	Podstawowa

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
22.01.2024 Poniedziałek	Chleb żytni 35g(1) z masłem 5g(2) szynka ze wsi20g rukola. Kakao-200ml(2)	Żurek na łopatkę z boczkiem, ziemniakami i śmietaną250ml (1,2,11) Ryż z koktajlem owocowym 120g(1,2) Kompot-200ml. <i>Żurawina</i>	Chleb orkiszowy 35g(1) z masłem 5g(2), i pomidorem20g Herbata miętowa-200ml.
23.01.2024 Wtorek	Zupa mleczna z makaronem literki200ml(1,2) Chleb jaglany35g(1) z masłem 5g(2) <i>Banan</i>	Zupa pomidorowa na kurczaku z ryżem i śmietaną 250ml(1,2,11) Kotlet mielony 60g z ziemniakami 120g(1) sałata ze śmietaną 60g(2) Kompot 200ml.	Chleb jogurtowy 35g(1) z masłem 5g(2) pasta z wędlin, z zieloną cebulką35g. Herbata owocowa 200ml.
24.01.2024 Środa	Pieczycie mieszane 35g(1) z masłem 5g(2) frankfurterki70g, keczup dla dzieci. Pomidorki koktajlowe20g. Herbata z cytryną-200ml.	Zupa szpinakowa na kurczaku z ziemniakami i śmietaną 250ml(1,2) Potrawka meksykańska z makaronem120g(1) Kompot 200ml <i>Gruszka</i>	Bułka maślana35g(1) z masłem i dżemem10g(2) Mleko200ml(2) <i>Marchewka do schrupania</i>
25.01.2024 Czwartek <i>Bal kamawabowy</i>	Chleb graham 35g(1) z masłem 5g(2) i serkiem waniliowym20g Kawa zbożowa-200ml(1,2) <i>Chrupiące plasterki</i>	Rosół na indyku z makaronem gwiazdki-250ml(1,11) Podudzia z kurczaka 60g z ziemniakami 120g(1) kapusta czerwona z jabłkiem i cebulką60g. Kompot 200ml.	Muffinka jogurtowa70g(1,2,3) Soczek200ml Mus owocowy w tubce120g
26.01.2024 Piątek	Chleb żytni35g(1) szynka drobiowa20g ser żółty20g(2) rzodkiewka8g sałata Herbata z cytryną i miodem-200ml(2)	Zupa selerowa na kurczaku z kaszą kus- kus i śmietaną 250ml(1,2,11) Ryba panierowana70g(1,3,4) z ziemniakami 120g(1) kapusta zasmażana60g. Kompot 200ml. <i>Pomarańcz</i>	Baton 35g(1) z masłem5g(2) 1/2 jajka 20g(3) sos tatarski na jogurcie ze szczypiorkiem(2) Herbata rumiankowa200ml

ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor