



PRZEDSZKOLE PUBLICZNE
Zgromadzenia PP Prezentek
58-100 Świdnica, ul. Piekarska 2
tel. 511 134 121
REGON: 022019212 NIP: 884-11-55-113

JADŁOSPIS

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Wartość odżywcza
Poniedziałek 09.05.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka wiejska (20g) Sałata zielona (5g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Barszcz czerwony z lanymi kluskami (180g) /1,3/ Naleśniki z serem i dżemem (150g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Chleb graham (30g) /1/ Pasztet pieczony (15g) Ogórek kiszony (10g) Herbata z cytryną (130g)	E: 900kcal B: 38g T: 29g W: 130g
Wtorek 10.05.2022	Płatki owsiane na mleku (150g) /1,7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Miód pszczele (5g) Herbata z cytryną (130g)	Kartoflanka z pomidorami i bazylią (180g) Schab duszony w sosie własnym (80g) /1/ Kasza kuskus parzona (30g) /1/ Surówka z młodej kapusty z marchewką i olejem (30g) Herbata miętowa (130g)	Sałatka owocowa (banany kiwi winogrona) (100g) Chrupki kukurydziane (10g) Bawarka (130g) /7/	E: 860kcal B: 38g T: 26g W: 117g
Środa 11.05.2022	Chleb mieszany IG (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka z drobiowa z kurczaka (20g) Papryka czerwona (10g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa ogórkowa z ziemniakami (200g) Kluski śląskie z masłem (100g) /1,3,7/ Surówka z selera i marchwi (40g) Kompot owocowy (130g)	Kasza manna na mleku z sokiem malinowym i płatkami migdałowymi (120g) /1,7,8/	E: 900kcal B: 26g T: 29g W: 138g
Czwartek 12.05.2022	Zupa mleczna z makaronem (150g) /1,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Jajko w plasterkach (15g) /3/ Ogórek zielony (10g) Herbata z miodem (130g)	Zupa ryżowa z tartymi warzywami (180g) Gulasz drobiowy z kolorową papryką (80g) /1/ Makaron świderki (30g) /1/ Surówka szwedzka (30g) Rumianek (130g)	Koktajl truskawkowy na maślanie (130g) /7/ Ciastko owsiane z sezamem (25g) /1,3,7/	E: 860kcal B: 36g T: 24g W: 120g
Piątek 13.05.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Twarożek ze śmietaną rzodkiewką i szczypiorkiem (50g) /7/ Herbata z cytryną (130g)	Zupa z czerwonej soczewicy (200g) Morszczuk w panierce (90g) /3,4/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z kiszonej kapusty (30g) Sok naturalny 100% (130g)	Petitki Lubisie (30g) /1,3,7/ Kakao na mleku (130g) /7/	E: 900kcal B: 42g T: 28g W: 119g

Potrawy mięsne nie są smażone lecz przygotowywane w piecu konwekcyjno-parowym.

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Ewa Mierzwa
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

Alicja Bar
Intendent – dietetyk
Bar Alicja