



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 16.05.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka tradycyjna z laskowej (20g) Ogórek zielony (10g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną (200g) /7/ Makaron z białym serem i truskawkami (100g) /1,7/ Kompot owocowy (130g)	Kisiel owocowy (130g) Jabłko (75g) Wafle ryżowe (10g)	E: 900kcal B: 31g T: 18g W: 150g
Wtorek 17.05.2022	Chleb razowy (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Serek Almette pomidorowy (30g) /7/ Rozsponka (5g) Herbata z miodem (130g)	Zupa jarzynowa z makaronem bez zabielenia (180g) /1/ Udko pieczone (90g) Ziemniaki z koperkiem (70g) Sałata ze śmietaną i szczypiorkiem (30g) /7/ Herbata miętowo owocowa (130g)	Banan (60g) Herbatniki (10g) /1,7/ Bawarka (130g) /7/	E: 850kcal B: 37g T: 32g W: 104g
Środa 18.05.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka z indyka (20g) Pomidor (15g) Czekolada na mleku (130g) /7/	Zupa pietruszkowa z ziemniakami zabieleną (180g) /7/ Łazanki z białą kapustą i kielbaską (100g) /1/ Słupki marchewki do chrupania (10g) Kompot owocowy (130g)	Galaretka owocowa (100g) Ciastko zbożowe z żurawiną (12g) /1,3,7/ Bawarka (130g) /7/	E: 870kcal B: 30g T: 27g W: 133g
Czwartek 19.05.2022	Płatki jęczmienne na mleku (150g) /1,7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Dżem truskawkowy 100% (15g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa rosółowa z tartymi warzywami i lanymi kluskami (170g) /1,3/ Sztuka mięsa w sosie pieczeniowym (50g) /1/ Ryż biały parzony (30g) Ogórek kiszony (30g) Rumianek (130g)	Rogaliki drożdżowe z jabłkiem (wypiek własny) (30g) /1,3,7/ Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 900kcal B: 35g T: 29g W: 126g
Piątek 20.05.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta jajeczno- tuńczykowa ze szczypiorkiem (30g) /3,4/ Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa fasolowa z makaronem (200g) /1/ Jajko sadzone (60g) /3/ Ziemniaki tłuczone (70g) Surówka warzywna (40g) Sok naturalny 100% (130g)	Serek homogenizowany waniliowy Piątnica (150g) /7/	E: 900kcal B: 40g T: 30g W: 117g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Międo
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

Alicja Bar

Intendent – dietetyk

Bar Alicja