



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 25.04.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Parówki z szynki (40g) Kecup junior (10g) Słupki czerwonej papryki do chrupania (10g) Herbata z cytryną (130g)	Barszcz ukraiński (190g) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem (100g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Budyń śmietankowy na mleku z płatkami migdałowymi (150g) /7,8/ Ananas w plasterkach (30g)	E: 850kcal B: 27g T: 28g W: 120g
Wtorek 26.04.2022	Kasza jaglana na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Serek śmietankowy Mój ulubiony (15g) /7/ Ogórek zielony (10g) Herbata z miodem (130g)	Zupa brokułowa z makaronem (200g) /1/ Gołąbki bez zawijania z mięsem mielonym i sosem pomidorowym (110g) Rumianek (130g)	Ciastko maślane Sante (25g) /1,3,7/ Banan (60g) Bawarka (130g) /7/	E: 880kcal B: 33g T: 30g W: 114g
Środa 27.04.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka Harnasia (20g) Pomidor w plasterkach (15g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa koperkowa z makaronem (200g) /1,7/ Bigos z białej i kiszonej kapusty z kiełbaską (70g) Ziemniaki tłuczone (70g) Marchewka do chrupania (10g) Kompot owocowy (130g)	Chałka z masłem (30g) /1,7/ Jabłko (75g) Bawarka (130g) /7/	E: 900kcal B: 28g T: 32g W: 138g
Czwartek 28.04.2022	Płatki ryżowe na mleku (150g) /7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Miód pszczele (5g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa jarzynowa z ziemniakami (180g) Gulasz drobiowy z indyka (80g) /1/ Kasza jęczmienna (30g) /1/ Ogórek kiszony (30g) Herbata owocowa (130g)	Jabłko prażone na ciepło z cynamonem (100g) Czekolada na gorąco na mleku (130g) /7/	E: 860kcal B: 37g T: 22g W: 129g
Piątek 29.04.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta kanapkowa z awokado i jajek (40g) /3/ Rzodkiewka ze szczypiorkiem (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa grochowa z makaronem (160g) /1/ Paluszki rybne (30g) /3,4/ Ziemniaki tłuczone (70g) Surówka z kapusty pekińskiej z kolorową papryką i pomidorami (40g) Sok naturalny 100% (130g)	Jogurt z kawałkami owoców Jogobella (150g) /7/	E: 880kcal B: 33g T: 29g W: 116g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Miense
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

Alicja Bar
Intendent – dietetyk
Bar Alicja