



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 27.06.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Parówki z szynki (40g) Ketchup Junior (5g) Talarki zielonego ogórka (10g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną (180g) /1,7/ Naleśniki z serem i dżemem (150g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Strucla z jabłkiem (30g) /1,3,7/ Bawarka (130g) /7/	E: 890kcal B: 33g T: 26g W: 130g
Wtorek 28.06.2022	Płatki kukurydziane na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Serek śmietankowy (10g) /7/ Czerwona papryka (10g) Herbata z miodem (130g)	Rosół z ryżem i warzywami (180g) Polędwica duszona (70g) Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z pomidorów i ogórków ze szczypiorkiem i olejem rzepakowym (50g) Herbata miętowa (130g)	Herbatniki maślane (10g) /1,3,7/ Banan (60g) Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 875kcal B: 38g T: 26g W: 120g
Środa 29.06.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Pomidor (15g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa grochowa z ziemniakami (160g) Sos boloński z mięsem mielonym (60g) /1/ Makaron pełnoziarnisty (30g) /1/ Kalarepa do chrupania (10g) Kompot owocowy (130g)	Wafle ryżowe (20g) Jabłko (75g) Bawarka (130g) /7/	E: 900kcal B: 33g T: 24g W: 147g
Czwartek 30.06.2022	Kasza jaglana na mleku (150g) /7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (5g) /7/ Miód pszczele (5g) Herbata z cytryną (130g)	Barszcz czerwony z ziemniakami (180g) Gulasz drobiowy z indyka (80g) /1/ Kasza gryczana parzona (30g) Surówka z selera i marchwi (40g) Herbata owocowa (130g)	Ciasto drożdżowe z kruszonką i truskawkami (wypiek własny) (40g) /1,3,7/ Kakao na mleku (130g) /7/	E: 900kcal B: 39g T: 22g W: 136g
Piątek 01.07.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z wędzonej makreli ze szczypiorkiem (30g) /3,4/ Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa jarzynowa z makaronem (180g) /1/ Jajko sadzone (60g) /3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Buraczki z cebulką (40g) Sok naturalny 100% (130g)	Jogurt z kawałkami owoców Jogobella (150g) /7/	E: 870kcal B: 38g T: 31g W: 105g

Potrawy mięsne nie są smażone lecz przygotowywane w piecu konwekcyjno-parowym.
Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Mienie
s. mgr Ewa Mierza

Sporządził:

Alicja Bar
Intendent – dietetyk
Bar Alicja