



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 28.02.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Papryka czerwona (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Żurek z jajkiem i kiełbaską (200g) /1,3/ Knedle z truskawkami (100g) /1,3/ Jogurt naturalny (40g) /7/ Kompot owocowy (130g)	Kisiel owocowy (130g) Jabłko (75g) Herbatnik (10g) /1,7/	E: 850kcal B: 23g T: 18g W: 150g
Wtorek 01.03.2022	Płatki kukurydziane na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Serek śmietankowy (15g) /7/ Rzodkiewka ze szczypiorkiem (10g) Herbata z miodem (130g)	Rosół z makaronem (180g) /1,9/ Gotowany kurczak w sosie potrawkowym (50g) /1/ Kasza gryczana (25g) Ogórek kiszony (30g) Herbata miętowa (130g)	Ciasto drożdżowe z kruszonką (wypiek własny) (40g) /1,3,7/ Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 900kcal B: 42g T: 30g W: 118g
Środa 02.03.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Ser żółty w plasterkach (20g) /7/ Ogórek zielony (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Krupnik z kaszą jęczmienną (180g) /1,9/ Kopytka z masełkiem (150g) /1,3,7/ Herbata owocowa (130g)	Prażone jabłko z cynamonem na ciepło (100g) Bawarka (130g) /7/	E: 880kcal B: 27g T: 18g W: 150g
Czwartek 03.03.2022	Kasza jaglana na mleku (150g) /7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (45g) /1, 11/ Masło (3g) /7/ Dżem malinowy 100% (15g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa brokułowa z makaronem (200g) /1/ Pieczeń rzymska (80g) /1,3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Sałata ze śmietaną i szczypiorkiem (30g) /7/ Rumianek (130g)	Galaretka owocowa (100g) Kiwi (70g) Bawarka (130g) /7/	E: 860kcal B: 33g T: 27g W: 120g
Piątek 04.03.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z awokado i jaj (30g) /3/ Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa grochowa z ziemniakami (160g) Sos pomidorowy z tuńczykiem (80g) /4/ Makaron świderki Lubella (30g) /1/ Talarki marchewki (10g) Sok naturalny 100% (130g)	Serek homogenizowany Piątka waniliowy (150g) /7/	E: 880kcal B: 39g T: 25g W: 122g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

Sporządził:

Alicja Bar

Intendent – dietetyk

Bar Alicja