



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 30.05.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka z indyka (20g) Papryka zielona (10g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Barszcz ukraiński (190g) /7/ Knedle z truskawkami i jogurtem naturalnym (120g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Rogal z masłem (30g) /1,7/ Banan (40g) Herbata z cytryną (130g)	E: 890kcal B: 24g T: 22g W: 150g
Wtorek 31.05.2022	Płatki kukurydziane na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) Jajko w plasterkach (15g) Ogórek zielony (10g) Herbata z miodem (130g)	Rosół z ryżem i warzywami (180g) /9/ Polędwica duszona w sosie własnym (80g) /1/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z młodej kapusty z marchewką (40g) Herbata miętowa (130g)	Ciastko owsiane (25g) /1/ Arbuz (100g) Bawarka (130g) /7/	E: 890kcal B: 36g T: 28g W: 120g
Środa 01.06.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka tradycyjna z Laskowej (20g) Pomidory ze szczypiorkiem (15g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (180g) /1/ Kotlet drobiowy (90g) /1,3/ Frytki pieczone (80g) Ogórek kiszony (30g) Herbata owocowa (130g)	Petitki Lubisie (30g) /1,3,7/ Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 900kcal B: 40g T: 33g W: 110g
Czwartek 02.06.2022	Zacierka na mleku (150g) /3,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Dżem malinowy (15g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami zabiela (200g) /1,3/ Makaron ze szpinakiem i śmietaną (100g) /1,7/ Marchewka do chrupania (10g) Kompot owocowy (130g)	Jabłko prażone na ciepło z cynamonem (80g) Herbatniki (10g) /1,7/ Bawarka (130g) /7/	E: 900kcal B: 27g T: 23g W: 148g
Piątek 03.06.2022	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 z makaronem (200g) /1/ Paluszki rybne (60g) /1,3,4/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Buraczki z cebulką (40g) Sok naturalny 100% (130g)	Jogurt naturalny z musli i truskawkami (130g) /1,7/	E: 870kcal B: 40g T: 23g W: 120g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Mienie
mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

Alicja Bar

Intendent – dietetyk

Bar Alicja