



**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 05.09.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Ogórek zielony (10g) Herbata z cytryną (130g)	Barszcz biały z jajkiem (180g) /3/ Naleśniki z serem i dżemem truskawkowym (150g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Herbatnik (10g) /1,7/ Jabłko (75g) Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 850kcal B: 36g T: 23g W: 117g
Wtorek 06.09.2022	Kasza jaglana na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Pasta z sera żółtego z czosnkiem (20g) /3,7/ Rzodkiewka ze szczypiorkiem (10g) Herbata z miodem (130g)	Zupa z czerwonej soczewicy z makaronem (180g) /1/ Kotlet drobiowy w panierce (90g) /1,3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z marchewki i jabłka (30g) Herbata owocowa (130g)	Koktajl truskawkowy na maślanie (130g) /7/ Biszkopty bez cukru (10g) /1,3/	E: 860kcal B: 45g T: 31g W: 97g
Środa 07.09.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka „Knazia” (20g) Pomidory z cebulką (15g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Kartoflanka z natką pietruszki (180g) Łazanki z białą kapustą i kiełbaską śląską (120g) /1/ Kompot owocowy (130g)	Jogurt naturalny z musli i malinami (130g) /1,7/	E: 850kcal B: 31g T: 24g W: 125g
Czwartek 08.09.2022	Płatki ryżowe na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Miód pszczeli (5g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa rosółowa z tartymi warzywami i lanymi kluskami (180g) /1,3/ Kolorowy kociołek (80g) /1/ Kasza gryczana (30g) Kalarepa do chrupania (10g) Rumianek (130g)	Ciastko zbożowe Belvita z miodem (25g) /1,3,6,7/ Gruszka (70g) Bawarka (130g) /7/	E: 870kcal B: 36g T: 25g W: 126g
Piątek 09.09.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (40g) /3/ Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa brokułowa z makaronem (180g) /1/ Morszczuk w panierce (90g) /1,3,4/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Mizeria ze śmietaną i szczypiorkiem (30g) /7/ Sok naturalny 100% (130g)	Petitki Lubisie (30g) /1,3,7/ Kakao na mleku (130g) /1,7/	E: 900kcal B: 42g T: 32g W: 117g

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:

mgr Alicja Bar  
Intendent – dietetyk

*Bar Alicja*