



**PRZEDSZKOLE PUBLICZNE**  
Zgromadzenia PP Presentek  
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 12.09.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Parówki z szynki (40g) Ketchup Junior (15g) Papryka do chrupania (10g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana (180g) /7/ Knedle z truskawkami i jogurtem naturalnym (120g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Kasza manna na mleku z wiórkami kokosowymi i kawałkami ananasa (100g) /7/	E: 900kcal B: 25g T: 25g W: 150g
Wtorek 13.09.2022	Kasza kukurydziana na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Hummus klasyczny (10g) Ogórek zielony (10g) Herbata z miodem (130g)	Zupa kalafiorowa z ryżem (180g) Połędwica duszona (70g) Ziemniaki z koperkiem (70g) Buraczki z cebulką (40g) Rumianek (130g)	Ciastko owsiane (20g) /1,3,7/ Arbuz (100g) Bawarka (130g) /7/	E: 860kcal B: 37g T: 27g W: 116g
Środa 14.09.2022	Chleb mieszany IG (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Roszponka (5g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa pieczarkowa z makaronem (180g) /1/ Zapiekanek ziemniaczany z jajkiem i kiełbaską (130g) /3,7/ Słupki marchewki do chrupania (10g) Kompot owocowy (130g)	Chałka z masłem (30g) /1,7/ Jabłko (75g) Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 900kcal B: 31g T: 31g W: 137g
Czwartek 15.09.2022	Zupa mleczna z makaronem (150g) /1,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Serek śmietankowy Mój ulubiony (15g) /7/ Rzodkiewka ze szczypiorkiem (10g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa grysikowa z tartymi warzywami (170g) /1/ Gulasz drobiowy z indyka (80g) /1/ Ryż biały parzony (30g) Surówka z kapusty pekińskiej z warzywami (40g) Herbata miętowa (130g)	Galaretka owocowa (100g) Banan (60g) Bawarka (130g) /7/	E: 860kcal B: 35g T: 21g W: 130g
Piątek 16.09.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z wędzonej makreli ze szczypiorkiem (40g) /3,4/ Ogórek kiszony (10g) Herbata z cytryną (130g)	Barszcz ukraiński z ziemniakami (180g) Gulasz pomidorowy z ciecierzycą (80g) Makaron świderki (30g) /1/ Warzywa na parze z masłem (30g) /7/ Sok naturalny 100% (130g)	Serek homogenizowany waniliowy Piątnica (150g) /7/	E: 890kcal B: 39g T: 25g W: 124g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

**DYREKTOR**  
*Mienie*  
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

mgr Alicja Bar  
Intendent – dietetyk

*Bar Alicja*