



PRZEDSZKOLE PUBLICZNE
 Zgromadzenia PP Prezentek
 58-100 Świdnica, ul. Plekarska 2
 tel. 511 134 121
 REGON: 022019212 NIP: 884-11-55-113

JADŁOSPIS

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Wartość odżywcza
Poniedziałek 24.10.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Papryka czerwona (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną (180g) /1,7/ Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem (100g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Paszтет pieczony (15g) Ogórek kiszony (10g) Herbata z cytryną (130g)	E: 850kcal B: 30g T: 21g W: 135g
Wtorek 25.10.2022	Płatki kukurydziane na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Jajko w plasterkach (15g) /3/ Rzodkiewka ze szczypiorkiem (10g) Herbata z miodem (130g)	Zupa kartoflanka z pomidorami i bazylią (180g) Kolory kociotek z mięsem wieprzowym (70g) /1/ Ryż biały parzony (30g) Surówka szwedzka (30g) Rumianek (130g)	Herbatniki (10g) /1,7/ Gruszka (60g) Kakao na mleku (130g) /7/	E: 850kcal B: 33g T: 23g W: 115g
Środa 26.10.2022	Chleb mieszany IG (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka wiejska (20g) Ogórek zielony (10g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa z czerwonej soczewicy z makaronem (180g) /1/ Pierogi leniwe z masłem (100g) /1,3,7/ Surówka z tartej marchewki i jabłka (30g) Kompot owocowy (130g)	Budyń śmietankowy na mleku z plasterkami banana (100g) /1,7/	E: 900kcal B: 41g T: 30g W: 122g
Czwartek 27.10.2022	Płatki owsiane na mleku (150g) /1,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Pasta twarogowa z czekoladą Philadelphia (15g) /7/ Herbata z cytryną (130g)	Zupa pieczarkowa z ryżem zabieleną (180g) /7/ Udka pieczone (90g) Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z białej kapusty i pora (30g) /3/ Herbata miętowo owocowa (130g)	Rogal z masłem (30g) /1,7/ Jabłko (75g) Bawarka (130g) /7/	E: 900kcal B: 37g T: 36g W: 109g
Piątek 28.10.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z makreli w sosie pomidorowym ze szczypiorkiem (40g) /4/ Bawarka (130g) /7/	Krupnik z warzywami i kaszą jęczmienną (180g) /1/ Zapiekanek makaronowa z kalafiorem i brokułem w sosie śmietanowo koperkowym z serem mozzarella (100g) /1,7/ Sok naturalny 100% (130g)	Serek homogenizowany waniliowy Piątnica (130g) /7/	E: 850kcal B: 38g T: 25g W: 115g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził: **REKTOR**

 mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:
 mgr Alicja Bar
 Intendent – dietetyk

Bar Alicja