



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 07.11.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Papryka żółta (10g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa z groszkiem, marchewką i ziemniakami (180g) Ryż z jabłkami i cynamonem (150g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Serek waniliowy Piątница (150g) /7/	E: 900kcal B: 38g T: 25g W: 130g
Wtorek 08.11.2022	Kasza jaglana na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Serek śmietankowy Mój ulubiony (15g) /7/ Rzodkiewka ze szczypiorkiem (10g) Herbata z miodem (130g)	Rosół z makaronem i natką pietruszki (180g) /1,9/ Potrawka z kurczaka (50g) /1/ Kasza gryczana (30g) Ogórek kiszony (30g) Rumianek (130g)	Galaretka owocowa (100g) Banan (60g) Bawarka (130g) /7/	E: 860kcal B: 39g T: 24g W: 119g
Środa 09.11.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka krucha z Karczmy (20g) Pomidory z cebulką (15g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Barszcz czerwony z ziemniakami (180g) Kluski śląskie z masełkiem (100g) /1,3,7/ Surówka z selera i marchwi (30g) Kompot owocowy (130g)	Koktajl truskawkowy na maślanie (150g) /7/ Biszkopty bez cukru (10g) /1,3/	E: 860kcal B: 26g T: 20g W: 144g
Czwartek 10.11.2022	Zupa mleczna z makaronem (150g) /1,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,3,7,11/ Masło (3g) /7/ Miód pszczele (5g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa koperkowa ze śmietaną i makaronem (180g) /1,7/ Schab duszony w ziołach (60g) Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z kapusty pekińskiej z warzywami (30g) /3/ Herbata miętowa (130g)	Strucla z jabłkiem (30g) /1,3,7/ Kakao na mleku (130g) /7/	E: 900kcal B: 37g T: 29g W: 122g
Piątek 11.11.2022 Święto Niepodległości				

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Mierza
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:
mgr Alicja Bar
Intendent – dietetyk

Bar Alicja