



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 31.10.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka wiejska (20g) Rukola (5g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Barszcz biały z jajkiem i białą kiełbaską (180g) /3/ Makaron z polewą truskawkowo jogurtową (100g) /1,7/ Kompot owocowy (130g)	Chałka z masłem (30g) /1,3,7/ Jabłko (75g) Bawarka (130g) /7/	E: 860kcal B: 29g T: 20g W: 138g
Wtorek 01.11.2022 Wszystkich Świętych				
Środa 02.11.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka „Z liściem” (20g) Ogórek zielony (10g) Gorące mleko (130g) /7/	Zupa jarzynowa z makaronem (180g) /1/ Fasolka po bretońsku (100g) Chleb baltonowski (30g) /1/ Kompot owocowy (130g)	Kasza manna na mleku z wiórkami kokosowymi i kawałkami ananasa (150g) /1,7/	E: 900kcal B: 35g T: 29g W: 125g
Czwartek 03.11.2022	Płatki ryżowe na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Ser żółty w plasterkach (15g) /7/ Sałata zielona (5g) Herbata z cytryną (130g)	Rosół z ryżem i tartymi warzywami (180g) Sztuka mięsa w sosie pieczeniowym (80g) /1/ Ziemniaki tłuczone (70g) Mizeria ze śmietaną (40g) /7/ Herbata miętowo owocowa (130g)	Ciastko zbożowe bez cukru Sante (25g) /1,3,7/ Kiwi (40g) Bawarka (130g) /7/	E: 900kcal B: 33g T: 35g W: 114g
Piątek 04.11.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Twarożek ze śmietaną, szczypiorkiem i rzodkiewką (40g) /7/ Herbata z miodem (130g)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (180g) Sos pomidorowy z tuńczykiem (80g) /4/ Kasza bulgur parzona (30g) /1/ Talarki marchewki (10g) Sok naturalny 100% (130g)	Petitki Lubisie (30g) /1,3,7/ Gorące mleko (130g) /7/	E: 850kcal B: 41g T: 20g W: 124g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Mierse
 s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:
 mgr Alicja Bar
 Intendent – dietetyk

Bar Alicja