



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 12.12.2022	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Parówki z szynki (40g) Ketchup Junior (5g) Herbata z cytryną (130g)	Żurek z ziemniakami, jajkiem i kiełbaską (180g) /1,3/ Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem (100g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Kasza manna na mleku z płatkami migdałowymi i sokiem malinowym (100g) /1,7/	E: 860kcal B: 31g T: 29g W: 122g
Wtorek 13.12.2022	Płatki jęczmienne na mleku (150g) /1,7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Jajko w plasterkach (15g) /3/ Ogórek zielony (10g) Herbata z miodem (130g)	Zupa brokułowa z makaronem (180g) /1/ Schab duszony w ziołach (60g) Ziemniaki z koperkiem (70g) Marchewka z groszkiem (40g) Herbata miętowa (130g)	Herbatniki maślane (10g) /1,3,7/ Banan (60g) Gorące mleko (130g) /7/	E: 880kcal B: 39g T: 28g W: 117g
Środa 14.12.2022	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Papryka czerwona (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa pomidorowa z ryżem (180g) Łazanki z białą kapustą i kiełbaską (100g) /1/ Talarki marchewki (10g) Kompot owocowy (130g)	Rogal z masłem (30g) /1,7/ Jabłko (75g) Czekolada na gorąco na mleku (130g) /7/	E: 940kcal B: 32g T: 28g W: 143g
Czwartek 15.12.2022	Zacierka na mleku (150g) /3,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Dżem truskawkowy 100% (15g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa pieczarkowa z makaronem (180g) /1/ Pieczone nuggetsy z kurczaka (90g) /1,3/ Frytki pieczone w piecu (70g) Sałatka z buraczków (40g) Rumianek (130g)	Galaretka owocowa (100g) Chrupki kukurydziane (10g) Bawarka (130g) /7/	E: 850kcal B: 36g T: 26g W: 120g
Piątek 16.12.2022	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z makreli w sosie pomidorowym z koperkiem (40g) /4/ Bawarka (130g) /7/	Zupa grochowa z ziemniakami i majerankiem (180g) Jajko sadzone (60g) /3/ Ziemniaki tłuczone (70g) Mizeria ze śmietaną (40g) /7/ Sok naturalny 100% (130g)	Serek homogenizowany waniliowy Piątnica (150g) /7/	E: 850kcal B: 38g T: 30g W: 105g

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

Uwaga: Zastrzeżenie zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Mierse
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

mgr Alicja Bar
Intendent – dietetyk
Bar Alicja