



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 17.04.2023	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka z indyka (20g) Papryka (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (180g) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem (100g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Paszтет pieczony (15g) Ogórek zielony (10g) Herbata owocowa (130g)	E: 850kcal B: 29g T: 20g W: 139g
Wtorek 18.04.2023	Kasza kukurydziana na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Serek Almette (15g) /7/ Szcypiorek z rzodkiewką (10g) Herbata z miodem (130g)	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami (180g) /1/ Kotlet mielony (80g) /1,3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Marchewka z groszkiem na ciepło (40g) /1/ Rumianek (130g)	Koktajl truskawkowy na maślanie (130g) /7/ Biszkopty bez cukru (20g) /1,3,7/	E: 850kcal B: 32g T: 30g W: 107g
Środa 19.04.2023	Chleb mieszany IG (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka wiejska (20g) Ogórek zielony (10g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa grochowa z ziemniakami (180g) Makaron z warzywami i pomidorowym pesto zapiekany z serem mozzarella (100g) /1,7/ Kompot owocowy (130g)	Sałatka owocowa (90g) Chrupki kukurydziane (10g) Herbata miętowo owocowa (130g)	E: 920kcal B: 34g T: 24g W: 143g
Czwartek 20.04.2023	Płatki jęczmienne na mleku (150g) /1,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Pasta z sera żółtego z czosnkiem (30g) /7/ Rukola (5g) Herbata z miodem (130g)	Rosół z makaronem i natką pietruszki (180g) /1,9/ Kurczak w jarzynach (60g) /1/ Kasza kuskus (30g) /1/ Buraczki z cebulką (30g) Herbata miętowa (130g)	Ciastko owsiane (12g) /1,3,7,11/ Gruszka (40g) Gorące mleko (130g) /7/	E: 900kcal B: 35g T: 28g W: 124g
Piątek 21.04.2023	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z makreli w sosie pomidorowym ze szcypiorkiem (40g) /4/ Bawarka (130g) /7/	Zupa kalafiorowa z makaronem (180g) /1/ Jajko sadzone (60g) /3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z selera i marchwi (30g) /3/ Sok naturalny 100% (130g)	Serek homogenizowany waniliowy Piątnica (150g) /7/	E: 850kcal B: 38g T: 29g W: 107g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Mierze
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

mgr Alicja Bar
Intendent – dietetyk
Bar Alicja