



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 15.05.2023	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka „Knazia” (20g) Papryka kolorowa (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem (180g) /1,3/ Makaron z białym serem i polewą truskawkową (100g) /1,7/ Kompot owocowy (130g)	Kisiel owocowy (130g) Jabłko (40g) Herbatnik (10g) /1,3/	E: 890kcal B: 31g T: 22g W: 141g
Wtorek 16.05.2023	Płatki jęczmienne na mleku (150g) /1,7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Dżem malinowy 100% (15g) Herbata owocowa (130g)	Zupa kalafiorowa z makaronem (180g) /1/ Pieczeń rzymska (70g) /1,3/ Ziemniaki tłuczone z koperkiem (70g) Marchewka z groszkiem (40g) /1/ Rumianek (130g)	Kiwi (80g) Ciastko owsiane (10g) /1,3,7,8,11/ Bawarka (130g) /7/	E: 890kcal B: 33g T: 30g W: 120g
Środa 17.05.2023	Chleb wiejski (45g) /1/ Masło (5g) /7/ Parówki z szynki (40g) Ketchup Junior (5g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa grysikowa z tartymi warzywami (170g) /1/ Bigos z białej i kiszzonej kapusty z kiełbaską (80g) Ziemniaki z koperkiem (70g) Kompot owocowy (130g)	Budyń śmietankowy z plasterkami banana i płatkami migdałowymi (100g) /1,7,8/	E: 890kcal B: 28g T: 33g W: 122g
Czwartek 18.05.2023	Płatki jaglane na mleku (150g) /7/ Chleb kukurydziany (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Ser żółty w plasterkach (15g) /3/ Ogórek zielony (10g) Herbata z miodem (130g)	Krupnik z ziemniakami i kaszą jęczmienną (170g) /1/ Gulasz drobiowy z indyka (70g) /1/ Kasza gryczana (30g) Sałata ze śmietaną i szczypiorkiem (30g) /7/ Herbata miętowa (130g)	Jabłko prażone z cynamonem (90g) Biszkopty bez cukru (10g) /1,3,7/	E: 880kcal B: 38g T: 26g W: 122g
Piątek 19.05.2023	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z wędzonej makreli ze szczypiorkiem (40g) /3,4/ Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa fasolowa z makaronem (180g) /1/ Jajko sadzone (60g) /3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka szwedzka (30g) Sok naturalny 100% (130g)	Mus owocowo jogurtowy (120g) /7/ Chrupki kukurydziane (10g)	E: 840kcal B: 34g T: 25g W: 115g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Mienie
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

mgr Alicja Bar

Intendent – dietetyk

Bar Alicja