



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 29.05.2023	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka wiejska (20g) Pomidor (15g) Gorące mleko (130g) /7/	Żurek z jajkiem i kiełbaską (180g) /1,3/ Knedle z truskawkami i jogurtem naturalnym (120g) /1,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Paszтет pieczony (15g) Ogórek zielony (10g) Herbata z cytryną (130g)	E: 820kcal B: 26g T: 20g W: 132g
Wtorek 30.05.2023	Płatki jaglane na mleku (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Serek śmietankowo czekoladowy (15g) /7/ Herbata z cytryną (130g)	Zupa z groszkiem, marchewką i ziemniakami (180g) Gołąbki z mięsem mielonym i sosem pomidorowym bez zawijania (100g) Rumianek (130g)	Strucla drożdżowa z białym serem (30g) /1,3,7/ Herbata owocowa (130g)	E: 820kcal B: 34g T: 30g W: 100g
Środa 31.05.2023	Chleb na maślanie (60g) /1,7/ Masło (5g) /7/ Szynka z indyka (20g) Sałata zielona (5g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Barszcz czerwony z makaronem (180g) /1/ Kopytka z masełkiem (120g) /1,3,7/ Kalarepa do chrupania (10g) Kompot owocowy (130g)	Jogurt naturalny z musli i bananem (100g) /1,7/	E: 870kcal B: 29g T: 19g W: 146g
Czwartek 01.06.2023	Płatki śniadaniowe na mleku (150g) /7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Hummus klasyczny (15g) Szcypiorek z rzodkiewką (10g) Herbata z miodem (130g)	Zupa koperkowa z makaronem (180g) /1/ Pierś z kurczaka w sosie śmietanowym (70g) /7/ Frytki pieczone (70g) Surówka z marchewki i jabłka (30g) Herbata miętowo owocowa (130g)	Chrupki kukurydziane (10g) Gruszka (60g) Herbata z miodem (130g)	E: 850kcal B: 31g T: 31g W: 112g
Piątek 02.06.2023	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z makreli w sosie pomidorowym ze szczypiorkiem (40g) /4/ Bawarka (130g) /7/	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami (180g) /1,3/ Jajko w sosie chrzanowym (60g) /3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Mizeria ze śmietaną (40g) /7/ Sok naturalny 100% (130g)	Petitki Lubisie (30g) /1,3,7/ Gorące mleko (130g) /7/	E: 880kcal B: 34g T: 25g W: 126g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Miense
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

mgr Alicja Bar
Intendent – dietetyk

Bar Alicja