



**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 28.08.2023	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Papryka czerwona (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1,7/	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabielana (180g) /7/ Makaron z białym serem i polewą jagodową (100g) /1,7/ Kompot owocowy (130g)	Chleb graham (30g) /1/ Masło (3g) /7/ Paszтет pieczony (15g) Ogórek zielony (10g) Herbata z cytryną (130g)	E: 850kcal B: 32g T: 21g W: 133g
Wtorek 29.08.2023	Chleb graham (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Jajko gotowane (15g) /3/ Rzodkiewka ze szczypiorkiem (10g) Gorące mleko (130g) /7/	Zupa jarzynowa z makaronem (180g) /1/ Gulasz z szynki wieprzowej (60g) /1/ Ryż biały parzony (30g) Marchewka do chrupania (10g) Rumianek (130g)	Drożdżówka z kruszonką (40g) /1,3,7/ Gorące mleko (130g) /7/	E: 890kcal B: 40g T: 30g W: 118g
Środa 30.08.2023	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (5g) /7/ Szynka wiejska (20g) Rukola (5g) Gorące mleko (130g) /7/	Barszcz ukraiński z ziemniakami (180g) Kluski śląskie z sosem pieczarkowym (100g) /1,3,7/ Buraczki z cebulką (40g) Kompot owocowy (130g)	Arbuz (100g) Ciastko owsiane (12g) /1,3,7,11/ Bawarka (130g) /7/	E: 870kcal B: 24g T: 22g W: 142g
Czwartek 31.08.2023	Chleb graham (60g) /1/ Masło (5g) Powidła śliwkowe (15g) Kakao na mleku (130g) /7/	Zupa koperkowa z makaronem zabielana śmietaną (180g) /1,7/ Udka z kurczaka pieczone (90g) Ziemniaki tłuczone (70g) Sałatka szwedzka (30g) Herbata miętowo owocowa (130g)	Chałka z kruszonką (30g) /1,3/ Jabłko (70g) Bawarka (130g) /7/	E: 960kcal B: 40g T: 31g W: 129g
Piątek 01.09.2023	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z wędzonej makreli (40g) /3,4/ Szczypiorek (5g) Gorące mleko (130g) /7/	Zupa pomidorowa z ryżem (180g) Jajko sadzone (60g) /3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z marchewki i jabłka (40g) Sok naturalny 100% (130g)	Jogurt owocowy (150g) /7/	E: 870kcal B: 36g T: 32g W: 105g

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*