



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 06.11.2023	Chleb baltonowski (60g) /1/ Masło (3g) /7/ Szynka Bohuna (20g) Ogórek zielony (10g) Kawa zbożowa (130g) /7/	Barszcz ukraiński z ziemniakami (180g) Sos truskawkowo jogurtowy (100g) /1,7/ Ryż biały parzony (30g) Kompot owocowy (130g)	Ciastko kakaowe Sante bez cukru (20g) /1/ Kiwi (50g) Melisa z pomarańczą (130g)	E: 849 kcal B: 31g T: 16g W: 155g
Wtorek 07.11.2023	Płatki owsiane na mleku (150g) /7/ Chleb kukurydziany (30g) /1,11/ Masło (3g) /7/ Miód pszczeli (10g) Herbata z cytryną 130g	Zupa brokułowa z makaronem (180g) Kolorowy kociołek z łopatki wieprzowej z warzywami (60g) Kasza bulgur parzona (30g) /1/ Surówka z kapusty pekińskiej i warzyw (40g) Herbata miętowa (130g)	Koktajl z mango na maślanie (130g) /7/ Chrupki kukurydziane (10g)	E: 907kcal B: 48g T: 24g W: 134g
Środa 08.11.2023	Chleb wiejski (60g) /1/ Masło (3g) /7/ Szynka z kurczaka (20g) Roszponka (5g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa pomidorowa z ryżem zabelana (180g) /1/ Zapiekanka ziemniaczana z jajkiem i kiełbaską (100g) /3/ Słupki marchewki do chrupania (10g) Kompot owocowy (130g)	Kasza manna na mleku z wiśniami i wiórkami kokosowymi /1,7/	E: 872kcal B: 40g T: 22g W: 138g
Czwartek 09.11.2023	Płatki jęczmienne na mleku (150g) /1,7/ Chleb graham /1/ Masło (3g) /7/ Serek śmietankowy czekoladowy (15g) /7/ Herbata z miodem i cytryną (130g)	Zupa z marchewką, groszkiem i ziemniakami (180g) Pierś z indyka w sosie śmietanowym (60g) /1/ Kasza kuskus (30g) /1/ Surówka wielowarzywna (40g) /7/ Herbata malinowa (130g)	Galaretka owocowa (100g) Jabłko (40g) Bawarka (130g) /7/	E: 927kcal B: 43g T: 25g W: 138g
Piątek 10.11.2023	Chleb jaglany (60g) /1,3,7,11/ Masło (3g) /7/ Ser żółty w plasterkach /3/ (20g) Ciepłe mleko (130g) /7/	Zupa kalafiorowa z makaronem (180g) /1/ Dorsz pieczony w panierce (90g) /1,4/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z marchewki i jabłka (40g) Sok naturalny 100% (130g)	Jogurt z kawałkami owoców Jogobella (150g) /7/	E: 856kcal B: 38g T: 27g W: 116g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR

s. mgr Ewa Mierzwa

Mierzwa

Sporządził:

Intendent

Paulina Dżugaj

Dżugaj Paulina