



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 08.01.2024	Chleb baltonowski (60g) /1AB/ Masło (3g) /7/ Szynka z kurczaka (20g) Ogórek zielony (40g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1B,7/	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną jogurtem naturalnym (180g) /7/ Naleśniki z białym serem i dżemem (100g) /1A,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Mandarynka (60g) Pałeczki kukurydziane (10g)	E: 948kcal B:44g T: 26g W:136 g
Wtorek 09.01.2024	Zupa mleczna z makaronem (150g) /1A,3,7/ Chleb graham (30g) /1AB/ Masło (3g) /7/ Jajko w plasterkach (40g) /3/ Jabłko (60g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa grysikowa z tartymi warzywami (180g) /1A/ Kotleciki z kurczaka panierowane (90g) /1A,3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Buraczki z papryką (30g) Herbata miętowa (130g)	Koktajl truskawkowy na kefirze (130g) /7/ Wafle ryżowe (10g)	E: 948kcal B:47g T: 29g W: 129g
Środa 10.01.2024	Chleb wieśniak (60g) /1AB/ Masło (3g) /7/ Szynka wieprzowa (20g) Pomidor (30g) Sałata zielona (10g) Gorące mleko (130g) /7/	Krupnik z ziemniakami i kaszą jęczmienną (180g) /1C/ Łazanki z białą kapustą, pieczarkami i kiełbaską (100g) /1A,3/ Kompot owocowy (130g)	Bułka pszenna weka (30g) /1A/ Serek waniliowy (20g) /7/ Sok naturalny 100% (130g)	E: 917kcal B:39g T: 28g W: 134g
Czwartek 11.01.2024	Płatki jaglane na mleku (150g) /1A,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1A,11/ Masło (3g) /7/ Hummus klasyczny (20g) Papryka czerwona (30g) Herbata z miodem (130g)	Zupa kalafiorowa z ryżem (180g) Polędwiczki wieprzowe z ziołami w sosie własnym (70g) Kasza jęczmienna parzona (30g) /1C/ Ogórek kiszony (40g) Rumianek (130g)	Pomarańcza (150g) Ciastko owsiane (25g) /1AD,7/ Bawarka (130g)	E: 932kcal B:41g T: 27g W:134 g
Piątek 12.01.2024	Chleb jaglany (60g) /1A,3,7,11/ Masło (3g) /7/ Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (40g) /3/ Herbata z miodem i cytryną (130g)	Zupa grochowa z makaronem (180g) /1A/ Miruna w panierce (90g) /1A,3,4/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Kapusta kiszona z marchewką i pietruszką (40g) Sok naturalny 100% (130g)	Petitki Lubisie (30g) /1A,3,7/ Jabłko (60g) Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 947kcal B:33g T: 32g W: 135g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

DYREKTOR
Mieszko
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

Paulina Dzugaj- intendent

Dzugaj Paulina