



**PRZEDSZKOLE PUBLICZNE**  
Zgromadzenia PP Prezentek  
58-100 Świdnica, ul. Plekarska 2  
tel. 511 134 121  
REGON: 022019212 NIP: 884-11-55-113

## JADŁOSPIS

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Wartość odżywcza
Poniedziałek 05.02.2024	Chleb baltonowski 60g /1AB/ Masło 5g /7/ Parówki z szynki (40g) Słupki papryki czerwonej (40g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1B,7/	Barszcz biały z ziemniakami, jajkiem i białą kielbaską (180g) /1A,3/ Makaron z serem i sosem jagodowo jogurtowym (120g) /1A,3,7/ Kompot owocowy 130g	Kisiel na soku naturalnym z tartym jabłkiem (wyrób własny) (130g) Herbatniki (10G) /1A,3/	E: 931 kcal B:38g T:25 g W: 145g
Wtorek 06.02.2024	Płatki jaglane na mleku (150g) /7/ Bagietka pszenna weka (30g) /1A/ Masło (5g) /7/ Miód (5g) Mandarynka (60g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa jarzynowa z makaronem (180g) /1A,3/ Pierś z kurczaka w sosie koperkowym (60g) /1A/ Ryz brązowy (30g) Warzywa parowane (brokuł, kalafior, marchewka) (50g) Herbata miętowa (130g)	Koktajl truskawkowy na kefirze (130g) /7/ Biszkopty (10g) /1A,3/	E: 903 kcal B:45g T: 28g W: 125g
Środa 07.02.2024	Chleb wieśniak (60g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Szynka wieprzowa (20g) Pomidor (30g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1B,7/	Zupa fasolowa z ziemniakami (180g) Bigos z białej kapusty z kielbaską (100g) Ziemniaki (70g) Kompot owocowy (130g)	Chleb graham (30g) /1AB/ Masło (3g) /7/ Paszтет pieczony (15g) Ogórek kiszony (20g) Bawarka (130g) /7/	E:857 kcal B:35g T: 32g W: 114g
Czwartek 08.02.2024	Zupa mleczna z makaronem (150g) /1A,3,7/ Chleb IG (30g) /1A/ Masło (5g) /7/ Serek ziołowy Almette (20g) /7/ Rzodkiewka (30g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa rosółowa z lanym ciastem (180g) /1A,3/ Gołąbki z mięsem mielonym i sosem pomidorowym bez zawijania (150g) /3/ Talarki marchewki do chrupania (40g) Melisa z pomarańczą (130g)	Pączek z marmoladą owocową (70g) /1A,3,7/ Jabłko (40g) Bawarka (130g) /7/	E: 1040kcal B:45g T: 35g W: 135g
Piątek 09.02.2024	Chleb jaglany (60g) /1AB,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem (40g) /3,4/ Papryka czerwona do chrupania (30g) Kawa zbożowa inka na mleku (130g) /1B,7/	Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami (180g) Zapiekaný makaron ze szpinakiem, serem mozzarella i śmietaną (90g) /1A,3,7/ Sok naturalny 100% (130g)	Petitki Lubisie (30g) /1A,3,7/ Mandarynka (60g) Kakao na mleku (130g) /7/	E: 912 kcal B:41g T: 24g W: 135g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził

*Ewa Mierzwia*  
mgr Ewa Mierzwia

Sporządził:

Paulina Długaj- intendent

*Długaj Paulina*