



**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 19.02.2024	Chleb baltonowski 60g /1AB/ Masło 5g /7/ Szynka wieprzowa (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 truskawkowym z kawałkami owoców bez cukru (150g) /1A,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Wafle ryżowe (20g) Jabłko (60g) Herbata owocowa (130g)	E: 941kcal B:45g T:29 g W:127 g
Wtorek 20.02.2024	Zacierka na mleku (150g) /1A,3,7/ Chleb kukurydziany ze słonecznikiem (30g) /1A,11/ Serek śmietankowy Mój ulubiony (10g) /7/ Rzodkiewka (30g) Herbata z miodem i cytryną (130g)	Zupa grysikowa z tartymi warzywami (180g) /1A/ Kotlety z piersi z kurczaka w panierce (90g) /1A,3/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z czerwonej kapusty (30g) Herbata miętowa (130g)	Mandarynka (60g) Ciastko zbożowe z morelą (10g) /1A,3/ Kakao na mleku (130g) /7/	E: 873kcal B: 42g T: 30g W: 109g
Środa 21.02.2024	Chleb wieśniak (60g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Szynka drobiowa (20g) Jajko (40g) /3/ Sałata zielona (20g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1B,7/	Zupa kartoflanka z pomidorami i bazylią (180g) Kluski śląskie z masełkiem (100g) /1A,3,7/ Surówka z marchewki i jabłka (40g) Kompot owocowy (130g)	Budyń śmietankowy z plasterkami banana i wiórkami kokosowymi (100g) /7/	E:887kcal B:37g T: 25g W: 134g
Czwartek 22.02.2024	Kasza kukurydziana na mleku z żurawiną (150g) /7/ Chleb graham (30g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Hummus naturalny (15g) Papryka czerwona (40g) Herbata z cytryną (130g)	Rosół z ryżem i natką pietruszki (180g) Kolorowy kociołek z szynką wieprzową i warzywami (60g) /1A/ Kasza gryczana (30g) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i ogórkiem (40g) Melisa z pomarańczą (130g)	Chałka z kruszonką (30g) /1A3,7/ Kiwi (80g) Ciepłe mleko (130g) /7/	E: 989kcal B: 43g T: 31g W: 139g
Piątek 23.02.2024	Chleb jaglany (60g) /1AB,3,7,11/ Masło (5g) /7/ Pasta z żółtego sera z czosnkiem (20g) /7/ Pomidorki koktajlowe (40g) Bawarka (130g)	Zupa z fasolką szparagową i makaronem (180g) /1A/ Paluszki rybne (60g) /1A,3,4/ Ziemniaki z koperkiem (70g) Surówka z kapusty kiszzonej (30g) Sok naturalny 100% (130g)	Jogurt z kawałkami owoców bez dodatku cukru (150g) /7/ Banan (60g)	E: 906kcal B:39 g T: 30g W: 120g

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

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

**DYREKTOR**  
*Ewa Mierzwa*  
s. mgr Ewa Mierzwa

Sporządził:

Paulina Dzugaj- intendent

*Dzugaj Pauline*