

JADŁOSPIS

PUNKT PRZEDSZKOLNY

		PORCJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA (kcal)	ALERGENY
Poniedziałek 19.05.2025				
Śniadanie	KLUSKI ŁANE MLEKU	200 ml	140	7
	SER ŻÓŁTY	20 g	69	7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	POMIDOR	15 g	3	
	HERBATA RUMIANKOWA	130 ml	23,9	
Obiad	ZUPA JARZYNOWA ZABIELANA	200 ml	86	7,9
	RYŻ Z JABŁKIEM	220g	337	1,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			845,24	
Wtorek 20.5.2025				
Śniadanie	SEREK ŚMIETANKOWY	17 g	52	7
	PIECZYWO RAZOWE	45 g	109	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	OGÓREK	25 g	4	
	WĘDLINA	10 g	20	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	HERBATA OWOCOWA	130 ml	25,2	7
Obiad	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM	200 ml	100	1,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	76	
	FILET Z KURCZAKA PIECZONY	120 g	94	1,3
	MARCHEWKA Z GROSZKIEM	100 g	46	7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	100 g	50	
			643,24	
Środa 21.5.2025				
Śniadanie	PASZTA Z KURCZAKA GOTOWANEGO	30 g	60	1,7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	CZĄSTKI JABŁKA	100 g	46	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	DŻEM PORZECZKOWY NISKOSŁODZONY	30 g	77	
	HERBATA MIĘTOWA	130 ml	28,9	
Obiad	KAPUŚNIAK ZE SŁODKIEJ KAPUSTY	200 ml	75	9
	GULASZ WIEPRZOWY	130 g	214	
	KASZA GRYCZANA	50 g	60	
	OGÓREK KISZONY	100 g	10,5	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			760,44	

Czwartek 22.5.2025				
Śniadanie	PARÓWECZKA DROBIOWA	50 g	38,8	
	BULKA PSZENNA	25 g	68	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	SER ŻÓŁY	20 g	69	7
	POMIDOR	15 g	3	
	OGÓREK	25 g	4	
	PATYCZKI Z PAPRYKI	15 g	5	
	HERBATA Z CYTRYNĄ	130 ml	25,2	
Obiad	BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	108	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	76	1
	KOTLET MIELONY	120 g	200	
	FASOLKA SZPARAGOWA Z SEZAMEM	50 g	14	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	MELON	100 g	50	
			725,34	
Piątek 23.5.2025				
Śniadanie	JAJECZNICA NA MASŁE	60 g	70	3,7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	MIÓD	8 g	24,5	
	DŻEM PORZECZKOWY NISKOSŁODZONY	30 g	77	
	PATYCZKI Z MARCHEWKI	10 g	2,7	
	CZĄSTKI JABŁKA	100 g	46	
	KAKAO	130 ml	91	
Obiad	ŻUREK Z JAJKIEM	200 ml	106	1,3,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	76	
	POŁĘDWICA Z DORSZA PIECZONA	100 g	107	4
	SURÓWKA Z POMIDORA, PAPRYKI I CEBULI CZERWONEJ	100 g	26	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			812,54	

Wartości energetyczne spożywanych posiłków w PSP Kołczewo dostępne w sekretariacie szkoły.

Szczegółowy wykaz produktów mogących wywoływać reakcję alergiczną uwzględniany jest przy jadłospisie i wywieszony na tablicy ogłoszeń w stołówce szkolnej.

Skład potraw przetworzonych do spożycia w PSP Kołczewo wywieszony na tablicy ogłoszeń w stołówce szkolnej

Jadłospis może ulec zmianie.

