

# JADŁOSPIS

## PUNKT PRZEDSZKOLNY

		PORCJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA (kcal)	ALERGENY
<b>Wtorek 7.01.2025</b>				
Śniadanie	OWSIANKA	200 ml	195	1,7
	BULKA PSZENNA	45 g	109	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	SER ŻÓŁTY	10 g	20	
	PATYCZKI Z MARCHEWKI	10 g	2,7	
	HERBATA OWOCOWA	130 ml	25,2	7
Obiad	ZUPA JARZYNOWA	200 ml	88	3
	MAKARON NAPOLI	100 g	70	7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			<b>624,24</b>	
<b>Środa 8.01.2025</b>				
Śniadanie	JAJKO GOTOWANE	25 g	38,8	3
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	WĘDLINA	100 g	46	
	OGÓREK	50 g	7,5	
	HERBATA MIĘTOWA	130 ml	28,9	
Obiad	ZUPA RYŻOWA Z KOPERKIEM	200 ml	190	9
	GULASZ WIEPRZOWY	45 g	109	1,7
	ZIEMNIAKI Z KOPREM	100 g	70	
	OGÓREK KISZONY	100 g	7	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	1
			<b>683,54</b>	
<b>Czwartek 9.01.2025</b>				
Śniadanie	PARÓWECZKA DROBIOWA	50 g	38,8	
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	POMIDOR	15 g	3	
	OGÓREK	25 g	4	
	HERBATA OWOCOWA	130 ml	25,2	
Obiad	ZUPA PIECZARKOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	63	9
	SPAGHETTI BOLOGNESE	200 g	220	1
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	50 g	54	

			<b>544,34</b>	
<b>Piątek 10.01.2025</b>				
Śniadanie	TWAROŻEK	10 g	6,8	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	
	CZĄSTKI JABŁKA	100 g	46	
	KAKAO	130 ml	91	
Obiad	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM	200 ml	140	1,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	RYBA SMAŻONA – FILET Z HALIBUTA	50 g	40,5	4
	SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY	100 g	129,15	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			<b>784,95</b>	

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.