

JADŁOSPIS

PUNKT PRZEDSZKOLNY

PUBLICZNA SZKOŁA PODSTAWOWA
im. B. Chrobrego w Kolczewie
 ul. Zwycięstwa 3 72-514 Kolczewo
 tel./fax 9132 65 081, tel. 509 038 801
 NIP 986-02-14-610 REGON 001222487

PORCJA

WARTOŚĆ
ENERGETYCZNA
(kcal)

ALERGENY

Poniedziałe 07.11.2022

Śniadanie	OWSIANKA	200 ml	195	1,7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	SER ŻÓŁY	20 g	69	7
	POMIDOR	15 g	3	
	DŻEM PORZECZKOWY NISKOSŁODZONY	30 g	77	
	HERBATA OWOCOWA	130 ml	25,2	
Obiad	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	86	7,9
	MAKARON Z SZPINAKIEM, SEREM GORGONZOLA W SOSIE ŚMIETANOWYM	100 g	96,6	1,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	

Wtorek 08.11.2022

Śniadanie	SEREK ŚMIETANKOWY	17 g	52	7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	OGÓREK	25 g	4	
	SALATA	15 g	2	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU	130 ml	13	7
Obiad	ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	122	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	KOTLET MIELONY	60 g	149	1,3
	BURACZKI Z CHRZANEM	50 g	32	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	

Środa 09.11.2022

	MAKARON NA MLEKU	200 ml	192	1,7
	PIECZYWO RAZOWE	45 g	106	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	CZĄSTKI JABŁKA	100 g	46	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	SER ŻÓŁY	20 g	69	7
	WĘDLINA	10 g	20	
	HERBATA MIĘTOWA	130 ml	28,9	
Obiad	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	80	7,9
	ZAPIEKANKA ZIEMNIA CZANA Z KIEŁBASĄ I BOCZKIEM ,OPRÓSZONA ŚWIEŻYM KOPERKIEM	100 g	100,6	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	

Czwartek 10.11.2022				
Śniadanie	OMLET ZE SZCZYPIORKIEM	28 g	112	3
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	POMIDOR	15 g	3	
	OGÓREK	25 g	4	
	PATYCZKI Z PAPRYKI	15 g	5	
	HERBATA Z CYTRYNĄ	130 ml	25,2	
Obiad	ZUPA BROKUŁOWA	200 ml	88	7,9
	MAKARON TAGIATELLE Z ŁOSOSIEM , SUSZONYMI POMIDORAMI W SOSIE ŚMIETANOWO-ZIOŁOWYM	100 g	185,85	1,3,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	

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.

DYREKTOR SZKOŁY
mgr Beata Aniskiewicz-Podlask