

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 12.06.2022

Śniadanie	KLUSKI LANE MLEKU	200 ml	140	7
	PIECZYWO RAZOWE	45 g	106	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	WĘDLINA	10 g	20	
	POMIDOR	15 g	3	
	HERBATA MIĘTOWA	130 g	28,9	
Obiad	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM ZABIELANA	200 ml	76	1,7,9
	RACUCH Z MAKI GRAHAM JABŁKIEM	80 g	154	1,3,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			642,24	

Wtorek 13.06.2022

Śniadanie	SEREK ŚMIETANKOWY	17 g	52	7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	OGÓREK	25 g	4	
	SAŁATA	15 g	2	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	MLEKO Z MIODEM	200 ml	252	7
Obiad	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	86	7,9
	KASZA PĘCZAK	50 g	181	1
	GULASZ WOŁOWY	80 g	96	
	OGÓREK KISZONY	25 g	2,75	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			864,79	

Środa 14.06.2022

	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	200 ml	92	1,7
	BULKA PSZENNA	25 g	68	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	CZĄSTKI JABŁKA	100 g	46	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	WĘDLINA	10 g	20	
	HERBATA RUMIANKOWA	130 ml	23,9	
Obiad	BARSZCZ UKRAIŃSKI	200 ml	78	1,7,9
	ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z KIELBASĄ I BOCZKIEM OPRÓSZONA ŚWIEŻYM KOPERKIEM	100 g	100,6	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	100	

			595,54	
Czwartek 15.06.2022				
Śniadanie	TOST Z PIECZYWA Z SEREM I	46 g	131	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	
	OGÓREK	25 g	4	
	PATYCZKI Z PAPRYKI	15 g	5	
	HERBATA Z CYTRYNĄ	130 ml	25,2	
Obiad	ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM	200 ml	195	3,7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	JAJKO SADZONE	70 g	119	3
	KALAFIOR Z WODY	100 g	20	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			827,54	
Piątek 16.06.2022				
Śniadanie	TWAROŻEK	10 g	6,8	7
	BUŁKA WIELOZIARNISTA	30 g	60	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	ZUPA ZACIERKOWA	200 ml	110	1,9
	ZIEMNIAKI KOPERKIEM	100 g	70	
	RYBA PIECZONA - FILET Z HALIBUTA	60 g	84	1,3,4
	SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY	60 g	41,3	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			727,64	

Wartości energetyczne spożywanych posiłków w PSP Kołczewo dostępne w skretariacie 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 Aniśkiewicz-Pociask