

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 16.10.2023

Śniadanie	KLUSKI ŁANE MLEKU	200 ml	140	7
	SER ŻÓŁY	20 g	69	7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	DŻEM PORZECZKOWY NISKOSŁODZONY	30 g	77	
	POMIDOR	15 g	3	
	HERBATA RUMIANKOWA	130 ml	23,9	
Obiad	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	86	7,9
	PIEROGI UKRAIŃSKIE Z CEBULĄ	80 g	146	1,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			731,24	

Wtorek 17.10.2023

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	
	SAŁATA	15 g	2	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	HERBATA OWOCOWA	130 ml	25,2	7
Obiad	ZUPA GROCHOWA Z ZIEMNIAKAMI I BOCZKIEM	200 ml	130	9
	MAKARON PENNE Z KURCZAKIEM, BROKUŁEM, KUKURYDZĄ W SOSIE ŚMIETANOWYM OPRÓSZONY SEREM I ZIOŁAMI	60 g	82,75	1,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			541,99	

Środa 18.10.2023

Śniadanie	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	200 ml	92	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	ZUPA PIECZARKOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	63	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	SZTUKA MIĘSA W SOSIE WŁASNYM - KARKÓWKA	60 g	128	

	SAŁATKA MIX Z POMIDORKAMI KOKTAJLOWYMI	100 g	33	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	45	
			721,94	
Czwartek 19.10.2023				
Śniadanie	PARÓWECZKA DROBIOWA	50 g	38,8	
	BUŁKA 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	ZUPA KREM Z DYNI	200 ml	72	7,9
	KASZA PĘCZAK	50 g	181	1
	GULASZ WOŁOWY	80 g	96	
	BURACZKI Z CHRZANEM	50 g	32	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	GRUSZKA	100 g	58	
			716,34	
Piątek 20.10.2023				
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	
	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 Z KOPERKIEM	100 g	70	
	RYBA PIECZONA FILET Z MIETUSA	50 g	57,5	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	
			713,14	

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-Pociask