

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 20.11.2023				
Śniadanie	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	200 ml	92	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 Z CYTRYNĄ	130 ml	25,2	
Obiad	ZUPA KALAFIOROWA ZABIELANA	200 ml	42	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	
			579,54	
Wtorek 21.11.2023				
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	SEREK ŚMIETANKOWY	17 g	52	7
	WĘDLINA	10 g	20	
	OGÓREK	25 g	4	
	HERBATA RUMIANKOWA	130 ml	23,9	7
	ROSÓŁ Z MAKARONEM	200 ml	130	1,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	KURCZAK PIECZONY	60 g	137	
	MARCHEWKA Z GROSZKIEM	100 g	46	7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			669,24	
Środa 22.11.2023				
	KLUSKI ŁANE NA MLEKU	200 ml	140	1,7
	BUŁKA WIELOZIARNISTA	30 g	60	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	
	ZUPA KREM Z DYNI	200 ml	72	7,9
Obiad	RYŻ	50 g	162	1
	POTRAWKA Z PIERSI KACZKI W PIĘCIU SMAKACH	100 g	102	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
	GRUSZKA	100 g	58	
Podwieczorek			812,94	

Czwartek 23.11.2023

Śniadanie	JAJKO GOTOWANE	25 g	38,8	3
	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 PIECZARKOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	63	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	SZTUKA MIĘSA W SOSIE WŁASNYM-SZYNKA WIEPRZOWA	60 g	128	
	BRUKSELKA Z WODY	100 g	40	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			632,34	

Piątek 24.11.2023

Śniadanie	TWAROŻEK Z SZCZYPIORKIEM I RZODKIEWKĄ	10 g	5,6	7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	MIÓD	8 g	24,5	
	PATYCZKI Z MARCHEWKI	10 g	2,7	
	CZĄSTKI JABŁKA	100 g	46	
	KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU	130 ml	13	7
Obiad	ZUPA ZACIERKOWA	200 ml	110	1,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	RYBA PIECZONA – FILET Z DORSZA	50 g	39	1,3,4
	SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ Z MARCHEWKĄ OPRÓSZONA KOPERKIEM	100 g	129,15	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	45	
			621,29	

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-Pociąg