

# JADŁOSPIS

## PUNKT PRZEDSZKOLNY

		PORCJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA (kcal)	ALERGENY
<b>Poniedziałe 27.11.2023</b>				
Śniadanie	PLATKI 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	
	JAJKO GOTOWANE	25 g	38	3
	PATYCZKI Z MARCHEWKI	10 g	2,7	
	HERBATA Z CYTRYNĄ	130 ml	25,2	
Obiad	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	86	7,9
	PLACKI ZIEMNIACZANE	50 g	40,5	1,3
	JOGURT NATURALNY	150 g	91,5	1,3,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			<b>642,24</b>	
<b>Wtorek 28.11.2023</b>				
	TOSTY Z PIECZYWA RAZOWEGO Z SEREM	46 g	221	1,7
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	WĘDLINA	10 g	20	
	OGÓREK	25 g	4	
	HERBATA RUMIANKOWA	130 ml	23,9	7
	ZUPA FASOŁOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	160	1,7,9
	SPAGHETTI Z MIĘSA WIEPRZOWO- WOŁOWEGO / MAKARON PEŁNOZIARNISTY	100 g	110	1
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			<b>653,24</b>	
<b>Środa 29.11.2023</b>				
	KLUSKI ŁANE NA MLEKU	200 ml	140	1,7
	BULKA 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	
Obiad	KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	74	9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIE	100 g	70	
	KOTLET Z INDYKA W ZŁOCISTEJ PANIERCE	60 g	170	1,3

	SAŁATA Z JOGURTEM NATURALNYM	50 g	23,5	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	45	
			<b>801,44</b>	
<b>Czwartek 30.11.2023</b>				
Śniadanie	JAJECZNICA	60 g	70	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 ZIEMNIACZANA Z KIEŁBASĄ	200 ml	190	9
	KASZA PĘCZAK	50 g	181	1
	KARKÓWKA PIECZONA	60 g	130	
	OGÓREK KISZONY	25 g	2,7	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			<b>866,24</b>	
<b>Piątek 01.12.2023</b>				
Śniadanie	SEREK ŚMIETANKOWY	17 g	52	7
	BULKA PSZENNA	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	DŻEM PORZECZKOWY NISKOSŁODZONY	30 g	77	
	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 NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM	200 ml	84	1,7,9
	PIEROGI UKRAIŃSKIE	80 g	146	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			<b>631,54</b>	

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 Aniskiewicz-Pociask