

JADŁOSPIS

PUNKT PRZEDSZKOLNY

PUBLICZNA SZKOŁA PODSTAWOWA
im. B. Chrobrego w Kołczewie
ul. Zwycięstwa 3 72-514 Kołczewo
tel./fax 913 265 081, tel 509 038 801
NIP 986-0214-610 REGON 001222487

PORCJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA (kcal)	ALERGENY
--------	-----------------------------------	----------

Poniedziałe 11.12.2023

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 Z CYTRYNĄ	130 ml	25,2	
Obiad	ŻUREK Z JAJKIEM	200 ml	106	7,9
	ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z KIEŁBASĄ I BOCZKIEM, OPRÓSZONA ŚWIEŻYM KOPERKIEM	100 g	100,6	
	SOS CZOSNKOWY NA JOGURCIE NATURALNYM	18 g	41	7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			748,14	

Wtorek 12.12.2023

Śniadanie	SEREK ŚMIETANKOWY	17 g	52	7
	PIECZYWO RAZOWE	45 g	109	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	OGÓREK	25 g	4	
	SALATA	15 g	2	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	MLEKO Z MIODEM	200 ml	252	7
Obiad	ZUPA FASOŁOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	160	
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	RYBA PIECZONA FILET Z HALIBUTA	50 g	45,5	1,3,4
	SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY	60 g	43	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	45	
			849,54	

Środa 13.12.2023

Śniadanie	OWSIANKA	200 ml	195	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	
	WĘDLINA	10 g	20	
	HERBATA MIĘTOWA	130 ml	28,9	
Obiad	ZUPA KREM Z ZIELONYCH WARZYW	200 ml	128	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	KOTLET MIELONY Z MIĘSA WIEPRZOWO - WOŁOWEGO	60 g	149	1,3
	BURACZKI Z CHRZANEM	50 g	32	7


	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			845,94	
Czwartek 14.12.2023				
Śniadanie	OMLET ZE SZCZYPIORKIEM	28 g	112	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 JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	86	7,9
	PIEROGI LENIWE	100 g	190	1,3,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			680,54	
Piątek 15.12.2023				
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
	RACUCH Z MĄKI GRAHAM JABŁKIEM	80 g	154	1,3,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			698,34	

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