

# JADŁOSPIS

## PUNKT PRZEDSZKOLNY

PUBLICZNA SZKOŁA PODSTAWOWA  
im. B. Chrobrego w Kołczewie

ul. Zwycięstwa 3 72-514 Kołczewo  
tel./fax 9132 65 081, tel. 509 038 801  
NIP 986-02-14-510 REGON 001222487

PORCJA

WARTOŚĆ  
ENERGETYCZNA  
(kcal)

ALERGENY

### Poniedziałe 29.01.2024

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 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	
			<b>613,54</b>	

### Wtorek 30.01.2024

	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	SER ŻÓŁY	20 g	69	
	WĘDLINA	10 g	20	
	OGÓREK	25 g	4	
	HERBATA RUMIANKOWA	130 ml	23,9	7
	ZUPA KREM Z BIAŁYCH WARZYW	200 ml	110	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	UDZIKI PIECZONE	60 g	137	
	FASOLKA SZPARAGOWA Z SEZAMEM	50 g	14	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	45	
			<b>629,24</b>	

### Środa 31.01.2024

	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	
	BARSZCZ UKRAIŃSKI	200 ml	78	1,7,9
Obiad	ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z KIEŁBASĄ I BOCZKIEM, OPRÓSZONA ŚWIEŻYM KOPERKIEM	100 g	100,06	
	SOS CZOSNKOWY NA JOGURCIE NATURALNYM	18 g	41	7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			<b>688</b>	

<b>Czwartek 01.02.2024</b>				
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 JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	86	7,9
	KLUSKI ŚLĄSKIE	60 g	79,8	
	POŁĘDWICZKI WIEPRZOWE W SOSIE PIECZARKOWYM	80 g	125,7	7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	MANDARYNKA	50 g	26,5	
			<b>599,34</b>	
<b>Piątek 02.02.2024</b>				
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 PIECZARKOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	63	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	RYBA PIECZONA – FILET Z HALIBUTA	50 g	40,5	4
	SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ OPRÓSZONA KOPERKIEM	100 g	129,15	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			<b>580,79</b>	

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 Aniśkiewicz-Pociąg