

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 986-02-14-610 REGON 001222487

		PORCJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA (kcal)	ALERGENY
Poniedziałe 12.02.2024				
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	
	HERBATA Z CYTRYNĄ	130 ml	25,2	
Obiad	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM ZABIELANA	200 ml	76	1,7,9
	PLACKI ZIEMNIACZANE	50 g	40,5	1,3
	JOGURT NATURALNY	150 g	91,5	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			591,54	
Wtorek 13.02.2024				
Śniadanie	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
Obiad	ZUPA KREM Z ZIELONYCH WARZYW	200 ml	128	7,9
	POTRAWKA Z PIERSI KACZKI W PIĘCIU SMAKACH Z MAKARONEM	200 g	242	1
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			673,24	
Środa 14.02.2024				
Śniadanie	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	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 KISZONEJ KAPUSTY	60 g	41,3	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	GRUSZKA	100 g	58	
			737,24	

Czwartek 15.02.2024				
Śniadanie	JAKO 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	BARSZCZ CZERWONY	200 ml	108	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	KOTLET Z INDYKA W ZŁOCISTEJ PANIERCE	60 g	170	1,3
	MARCHEWKA Z GROSZKIEM	100 g	46	7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	45	
			720,34	
Piątek 16.02.2024				
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 JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	86	7,9
	RYŻ Z JABŁKAMI I CYNAMONEM	100 g	153	1,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			517,14	

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