

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 04.03.2024				
Śniadanie	OWSIANKA	200 ml	195	1,7
	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 POMIDOROWA Z MAKARONEM	200 ml	140	1,7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	KOTLET MIELONY	120 g	298	1,3
	FASOLKA SZPARAGOWA Z SEZAMEM	50 g	14	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			1049,24	
Wtorek 05.03.2024				
Śniadanie	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
Obiad	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	80	7,9
	PIEROGI RUSKIE	160 g	292	1,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			755,24	
Środa 06.03.2024				
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	ŻUREK Z JAJKIEM	200 ml	106	3,7,9
	ŁAZANKI Z KIELBASĄ, KARKÓWKĄ, BOCZKIEM, CEBULKĄ I KISZONĄ KAPUSTĄ	200 g	272	1
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	45	
			841,94	

Czwartek 07.03.2024				
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 BROKUŁOWA	200 ml	174	7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	UDO Z KACZKI PIECZONE	90 g	153	
	BURACZKI Z CHRZANEM	50 g	32	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	MELON	100 g	32	
			773,54	
Piątek 08.03.2024				
Śniadanie	SEREK ŚMIETANKOWY	17 g	52	7
	BUŁKA 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 ZACIERKOWA	200 ml	110	1,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	RYBA PIECZONA – FILET Z DORSZA	100 g	107	1,3,4
	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	
			817,69	

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-Pociask