

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 20.05.2024

Śniadanie	KLUSKI LANE MLEKU	200 ml	140	7
	PIECZYWO RAZOWE	45 g	106	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	WĘDLINA	10 g	20	
	POMIDOR	15 g	3	
	HERBATA MIĘTOWA	130 g	28,9	
Obiad	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI	200 ml	80	7,9
	RACUCH Z MAKI GRAHAM Z JABŁKIEM	160 g	248	1,3,7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			740,24	

Wtorek 21.05.2024

Śniadanie	SEREK ŚMIETANKOWY	17 g	52	7
	PIECZYWO MIESZANE	30 g	72	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	OGÓREK	25 g	4	
	SAŁATA	15 g	2	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	MLEKO Z MIODEM	200 ml	252	7
Obiad	ROSÓŁ Z MAKARONEM	200 ml	296	1,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	KOTLET Z INDYKA W ZŁOCISTEJ PANIERCE	120 g	340	1,3
	BRUKSELKA Z WODY	100 g	40	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			1245,04	

Środa 22.05.2024

	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU	200 ml	92	1,7
	BULKA PSZENNA	25 g	68	1
	DELMA Z MASŁEM	10 g	38	7
	CZĄSTKI JABŁKA	100 g	46	
	MARCHEWKA	10 g	2,7	
	WĘDLINA	10 g	20	
	HERBATA RUMIANKOWA	130 ml	23,9	
	ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM	200 ml	195	3,7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	ŻEBERKA DUSZONE W SOSIE WŁASNYM	100 g	238	
	SAŁATA Z JOGURTEM NATURALNYM	50 g	23,5	7
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	BANAN	50 g	45	
			888,44	

Czwartek 23.05.2024

	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 KALAFIOROWA ZABIELANA	200 ml	126	7,9
	KLUSKI ŚLĄSKIE	100 g	133	1,3
	GULASZ Z DZIKA	150 g	140	
	KAPUSTA CZERWONA ZASMAŻANA Z ŻURAWINĄ	100 g	42,65	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	MELON	100 g		32
			684,19	

Piątek 24.05.2024

Śniadanie	TWAROŻEK	10 g	6,8	7
	BUŁKA WIELOZIARNISTA	30 g	60	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 NEOPOLITAŃSKA Z MAKARONEM	200 ml	92	1,7,9
	ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM	100 g	70	
	RYBA PIECZONA – FILET Z HALIBUTA	100 g	140	1,3,4
	SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ	100 g	15,15	
	WODA Z MIODEM I CYTRYNĄ	200 ml	26,34	
Podwieczorek	JABŁKO	100 g	50	
			739,49	

Wartości energetyczne spożywanych posiłków w PSP Kolczewo 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 Kolczewo wywieszony na tablicy ogłoszeń w stołówce szkolnej

Jadłospis może ulec zmianie.

DYREKTOR SZKOŁY

mgr Beata Anisiewicz-Pociask