

JADŁOSPIS

szkoła 7-15 lat

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny
-----------------------------	-------	------	----------

poniedziałek, 5 października 2026

► Obiad			
• Zupa krem ze szpinaku z grzankami	1,5 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Gnocchi z pesto z suszonych pomidorów, fasoli czerwonej i soczewicy	1,7 x 200g		Zboża zawierające gluten, Soja
• Ogórek	100 g		
• Woda mineralna 5l	250 g		

wtorek, 6 października 2026

► Obiad			
• Zupa pomidorowa z ryżem	1,5 x 250g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Gulasz z polędwiczki wieprzowej w sosie	1,5 x 100g		Zboża zawierające gluten
• Kasza bulgur	70 g		Zboża zawierające gluten
• Surówka z buraczków	100 g		
• Lemoniada	1,5 x 200g		

środa, 7 października 2026

► Obiad			
• Krupnik z kaszy kuskus	1,5 x 250g		Zboża zawierające gluten
• Paluszki rybne	1,5 x 75g		Zboża zawierające gluten, Soja, Skorupiaki, Jaja, Ryby, Seler, Gorczyca
• Ziemniaki puree	1,5 x 150g		Mleko
• Surówka z kapusty	100 g		
• Kompot z owoców mieszanych	1,5 x 200g		

czwartek, 8 października 2026

► Obiad			
• Zupa krem z marchewki z płatkami migdałów	1,5 x 250g		Mleko
• Zapiekanka makaronowa z kurczakiem, mozzarellą i warzywami	1,7 x 180g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Woda mineralna 5l	250 g		

piątek, 9 października 2026

► Obiad			
• Zupa fasolowa z ziemniakami	1,1 x 250g		Soja
• Ryż z jabłkiem zapiekany z polewą jogurtowo-waniliową	1,6 x 180g		Mleko
• Banan	130 g		
• Napój czekoladowy-owsiany	1 szt.		