

JADŁOSPIS tydzień I

	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)
PONIEDZIAŁEK (04-11-2024)	Brokułowo - kalafiorowa z ziemniakami	7 9 1 0	Ragu pelati z makaronem tagliatella, surówka colesław M:(100,150,80g)D:(150,200,100)	Leczo z cukinią i mixem warzywnym M:(80g;120g) D:(100g;150g)	1 3 7 9	Kompot owocowy
WTOREK (05-11-2024)	Jarzynowa	1 3 6 9	Sznycelki drobiowe w panierce kukurydzianej, z ziemniakami, mizeria z jogurtem naturalnym M: (70,100,100g)/D: (90;120,130g)	Risotto z warzywami M:(80g;120g)/ D:(100g;150g)	1 3 7 9	Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem
ŚRODA (06-11-2024)	Krupnik	1 3 6 7 9	Zapiekanka makaronowa Napoli z mięsem, kolorowymi warzywami posypana świeżo tartym serem M:(230,15g) D:(270,15g)	Smażony camembert z brzoskwiowym carpaccio i konfiturą żurawinową M(100;10,150g) D:(120;20,150g)	1 3 7 9	Kompot owocowy
CZWARTEK (07-11-2024)	Żurek z jajkiem i kielbasą	1 6 7 9	Pulpety wieprzowe w delikatnym sosie chrzanowym z ziemniakami, surówka z tartego buraka M:(80,80,150g)D:(100,100,150g)	Placki ziemniaczane ze śmietaną, surówka z tartego buraka M:(200,150g) D:(250,150g)	1 3 7 9	Herbata miętowa
PIĄTEK (08-11-2024)	Zupa "Złota" z fasolki szparagowej	1 6 7 9	Panierowany filec z ryby, ziemniaki z wody, surówka z kiszzonej kapusty M:(70,100,150g)/D: (100,120,150g)	Fritata z warzywami i serem M:(230,15g) D:(270,15g)	1 3 4 7 9	Napar owocowy

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne

10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wiem Co Jem.

JADŁOSPIS tydzień II

	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)
WTOREK (12-11-2024)	Zupa z zielonego groszku i marchewki	1 3 6 7 9	Udziki duszone w sosie własnym makaron penne, surówka kolorowa (z kapusty czerwonej i białej) M:(100,80,120g) D:(120,100,150g)	Makaron penne a'la Forno z serem mozzarella M: (240g) D: (280g)	1 3 7 9	Kompot owocowy
ŚRODA (13-11-2024)	Pomidorowa z makaronem	1 3 6 7 9	Nadziewany serem kotlet mielony, ziemniaki z wody z natką pietruszki, marchewka z groszkiem M:(70,80,100g)D:(90,100,120g)	Kotlet warzywny, ziemniaki z wody posypane natką pietruszki, marchewka z groszkiem M:(100,120g) D:(120,150g)	1 3 6 7 9	Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem
CZWARTEK (14-11-2024)	Grochówka	1 3 6 7 9	Bitki schabowa w sosie własnym, ziemniaki, buraczki na ciepło M:(100,140,150g) D:(120,180,150g)	Kaszotto z ciecierzycą i warzywami, buraczki na ciepło M: (120,80,100g) D: (140,100,120g)	1 3 7 9	Herbata miętowa
PIĄTEK (15-11-2024)	Pieczarkowa	1 6 7 9	Zakręcony makaron z truskawkami, surówka z marchewki i ananasa M(150;80;150g) / D(200;100;150g)	Cukinia z pieca faszerowana warzywami zapiekana z żółtym serem M(350g) D(400g)	1 3 7 9 1 0	Napar owocowy

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne

10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wiem Co Jem.

JADŁOSPIS tydzień III

	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)
PONIEDZIAŁEK (18-11-2024)	Kalafiorowa z ziemniakami	1 7 9	Gyros z udźca indyka z sosem tzatziki, makaron, surówka szwedzka M:(100,80,150g) D:(120,100,150g)	Makaron z sosem pomidorowym w ziołach, surówka sezonowa M:(240,150g) D:(280,150g)	1 3 6 7 9	Kompot owocowy
WTOREK (19-11-2024)	Domowy rosół z marchewką i drobnym makaronem	1 6 9	Rumsztyk wieprzowy z cebulką, ziemniaki posypane koperkiem, brokuły z masłem i ziołami M:(70,100,150g) D:(90,120,150g)	Bitki sojowe w sosie paprykowym, kasza kuskus, bukiet warzyw gotowanych na parze M:(100,140,150g) D:(120,180,150g)	1 3 6 7 9	Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem
ŚRODA (20-11-2024)	Ryżanka z koperkiem	3 6 7 9	Pieczona w piecu pałka z kurczaka podawana z ziemniakami oraz gotowaną marchewką baby M:(100,80,150g) D:(120,100,150g)	Czerwona papryka faszerowana twarogiem, kasza bulgur z natką pietruszki i oliwą M(350g) D(400g)	1 3 6 7 9	Kompot owocowy
CZWARTEK (21-11-2024)	Wiejska	6 7 9	Duszona wieprzowina w sosie własnym z makaronem penne, mizeria na sałacie M:(70,100,150g)/D: (90,120,150g)	Panierowany ser camembert z żurawiną podany na sałacie, surówka z tartych buraczków i jabłka M(100,150g) / D(120,150g)	1 3 7 9	Herbata miętowa
PIĄTEK (22-11-2024)	Zupa paprykowa z makaronem	1 3 6 7 9	Koreczki rybne w chrupiącej panierce, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty kiszonej M:(70,80,100g)/D:(90,100,120g)	Kotlet z marchewki z ryżem, warzywa na parze M:(100,80,80g) D:(120,100, 80g)	7 8 9 1 1	Napar owocowy

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne

10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wiem Co Jem.

JADŁOSPIS tydzień IV

	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)
PONIEDZIAŁEK (25-11-2024)	Szczawiowa z jajkiem	1 3 6 7 9	Soczysta pierś z kurczaka pieczona w sosie bazyliowym z kaszą bulgur marchewka baby M:(100,80,150g)/D:(120,100,150g)	Makaron w sosie neapolitańskim posypany żółtym serem, mix sałat z vinegret M:(240,20g)/D:(280, 20g)	1 3 7 9	Kompot owocowy
WTOREK (26-11-2024)	Barszcz biały	1 3 6 9	Kotlet pożarski, puree ziemniaczane, surówka z białej kapusty z chrzanem M:(70,100,150g)/D: (90,120,150g)	Wrap warzywny z dipem czosnkowym M:(150,30g) D:(200,30g)	1 3 7 9	Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem
ŚRODA (27-11-2024)	Jarzynowa	1 3 6 7 9	Antrykot drobiowy w panierce, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty pekińskiej i papryki M:(90,150,150g) D:(120,200,150g)	Gulasz warzywny z żółtym serem M:(150g) D:(200g)	1 3 6 7 9 1 1	Kompot owocowy
CZWARTEK (28-11-2024)	Pomidorowa z makaronem	1 6 7 9	Pieczeń rzymska, ziemniaki, surówka z tartych buraków z jabłkiem M:(80,100,120g)/ D:(115,120,150g)	Kotlet jajeczny, ziemniaki tłuczone, surówka z tartych buraków z jabłkiem M:(90,100,150g)/D:(120, 120,150g)	1 3 7	Herbata miętowa
PIĄTEK (29-11-2024)	Koperkowa z ryżem	1 6 9	Pierogi z białym serem, polewa jogurtową z rodzynkami, marchewka na słodko M:(150,80,120g)/D: (220,100,150g)	Kasza bulgur z warzywami, fasolką białą i czerwoną w sosie paprykowo-pomidorowym M: (80,140g)/D:(100, 160g)	1 5 6 7 9	Napar owocowy

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne

10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wiem Co Jem.