



Klasy 0

PONIEDZIAŁEK 3.03.2025

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 30g, ogórek zielony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa z soczewicy 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, soczewica czerwona, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),

Ryż paraboliczny 150g,

Leczo z kiełbaską i cukinią 150g (kiełbasa, cukinia, papryka, cebula, przecier pomidorowy, majeranek, papryka słodka, pieprz)

Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa bez jabłka) (seler)

PODWIECZOREK: Jabłko

WTOREK 4.03.2025

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną/ płatki kukurydziane na mleku 250ml, kanapka: pieczywo mieszane 15g z masłem 5g, polędwica sopocka 20g, sałata 10g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa jarzynowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki , brokuł, kalafior, brukselka, groszek zielony, fasolka, śmietana 18% liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),

Kasza gryczana 200g,

Gulasz drobiowy w sosie pieczarkowym 100g (udzik z kurczaka , pieczarka, mąka pszenna, śmietanka 18%, przyprawy, olej rzepakowy),

Surówka z marchewki z chrzanem 100g (marchewka, jabłko, chrzan, śmietana)

Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (gluten, mleko, seler)

PODWIECZOREK: Jogurt owocowy (mleko)

ŚRODA Popielcowa 5.03.2025

ŚNIADANIE: Kawa zbożowa mleczna/ herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, parówki z szynki 93% mięsa gotowane 2szt, sos pomidorowy 10g (mleko, gluten)

OBIAD: Krupnik jaglany 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kasza jaglana, cebula, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Paluszki rybne 100% filet 100g
Surówka z kapusty kiszanej 100g (kapusta kiszona, marchewka , jabłko, olej słonecznikowy)
Kompot truskawkowy 250ml (truskawki) (seler, gluten, mleko)

PODWIECZOREK: baton crunchy śliwkowy w polewie waniliowej
(gluten, mleko, soja, orzechy)

CZWARTEK 6.03.2025

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser twarogowy półtłusty 30g, dżem niskosłodzony 10g (mleko, gluten)

OBIAD: Rosół z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron nitka, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Pałka z kurczaka pieczona 100g (pałka z kurczaka, przyprawy, olej rzepakowy),
Marchewka gotowana 100g (marchewka, masło roślinne)
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa bez jabłek) (seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: banan

PIĄTEK 7.03.2025

ŚNIADANIE: Herbata owocowa/ kakao 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, jajko gotowane w sosie majonezowo- jogurtowym ze szczypiorem 50g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Zupa fasolowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, fasola biała, majeranek, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),
Makaron z musem truskawkowym, śmietaną i twarogiem 300g (makaron świder, truskawki, śmietana 18%, twaróg półtłusty),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa bez jabłka) (gluten, seler, jajko, mleko)

PODWIECZOREK: Bułka z ziarnami z masłem, kiełbaską szynkową i sałatą (mleko, gluten)

PONIEDZIAŁEK 10.03.2025

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasztet pieczony 40g, ogórek kiszony 30g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Kapuśniak po góralsku 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, kiełbasa, kapusta kiszona, liść laurowy, ziele ang., pieprz, majeranek, natka),
Naleśniki z serem, śmietaną i owocami 250g (mąka pszenna, mleko, jajko, twaróg półtłusty, śmietana 18% , brzoskwinia),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa bez jabłka) (seler, mleko, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Bułka z ziarnami z polędwicą drobiową i papryką (gluten, mleko)

WTOREK 11.03.2025

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, Serek Almette jogurtowy 20g, ogórek zielony 20g (mleko, gluten)

OBIAD: Pomidorowa z zacierkami 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, zacierkowa, przecier pomidorowy, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Filet z kurczaka panierowany 100g (filet kurczaka, jajko, bułka tarta, mąka pszenna, przyprawy, olej rzepakowy),
Surówka z pekinki 100g (kapusta pekińska, marchewka, jabłko, sos majonezowy, przyprawy),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa bez jabłek) (seler, jajko, gluten, mleko)

PODWIECZOREK: Mus jabłkowy

ŚRODA 12.03.2025

ŚNIADANIE: Herbata owocowa/ kawa zbożowa na mleku 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, kiełbaski cielęce gotowane 2szt, sos pomidorowy 10g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, ogórki kiszone, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Spaghetti Bolognese z mięsem i warzywami posypane żółtym serem 300g (spaghetti, marchewka, cebula, pomidory, passata, przecier pomidorowy, przyprawy),
Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (seler , gluten, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: Gruszka

CZWARTEK 13.03.2025

ŚNIADANIE: Kulki zbożowe na mleku/ Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, schab pieczony 20g, ogórek zielony 20g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa z zielonych warzyw 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, brokuł, groszek zielony, śmietana 18% , natka, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), Kasza bulgur 200g, Pulpecik wieprzowy w sosie pomidorowym 100g (łopatka wieprzowa mielona, jajko, bułka pszenna, sos: przecier pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 18%, przyprawy, olej rzepakowy), Surówka z ogórków kiszonych 100g (ogórki kiszone, jabłko, cebula, olej słonecznikowy, przyprawy)

Kompot śliwkowy 250ml (śliwka bez pestek) (seler, mleko, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Ciasto cytrynowe (gluten, jajko, mleko)

PIĄTEK 14.03.2025

ŚNIADANIE: Herbata owocowa/ Kakao 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasta jajeczna 30g, rzodkiewka 10g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Ryżanka 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż, liść laurowy, ziele ang., pieprz, koper),

Ziemniaki z koperkiem 200g,

Filet z miruny panierowany pieczony 100g (miruna, mąka pszenna, bułka tarta, jajko, pieprz cytrynowy, olej rzepakowy),

Surówka z czerwonej kapusty 100g (kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej słonecznikowy, przyprawy),

Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa bez jabłek) (gluten, seler, ryba, jajko, mleko)

PODWIECZOREK: Wafle ryżowe w polewie malinowej