

Menu Obiady Szkolne

PAŹDZIERNIK

29.09.2025



**Ryż 80g z sosem curry
wieprzowo- cukiniowym 150g**

Kompot z agrestu 150ml

Alergeny 1,6,7,9,10

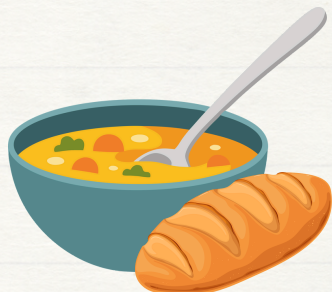
469kcal

19g B

8g T

77g W

30.09.2025



**Zupa Jarzynowa z dodatkiem 300g
schabu 100g chleba 50g
Gruszka 50g**

**Lemoniada z cytryną i
miętą 150ml**

Alergeny 1,6,7,9,10

495kcal

27g B

14g T

60g W

01.10.2025



**Gulasz 150g z kaszą jęczmienną 80g
+ ogórek kiszony 15g**

**Kompot wieloowocowy
(aronia, czereśnia, porzeczka) 150ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10

480kcal

26g B

14g T

55g W

02.10.2025



**Makaron z serem 120g z polewą
truskawkowo-śmietankową 100g
Mix Warzyw (marchew, seler słupki,
rzodkiewka)**

Kompot z jabłek 150ml

Alergeny 1,6,7,8,9,10

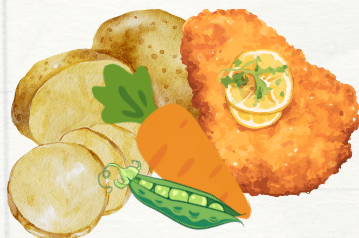
490kcal

23g B

16g T

60g W

03.10.2025



**Ryba miruna panierowana smażona 80g z
ziemniakami 100g, surówka (sałata
lodowa , kukurydza, ogórek) 60g**

Kompot porzeczkowy 150ml

Alergeny 1,3,6,7,9,10

480kcal

23g B

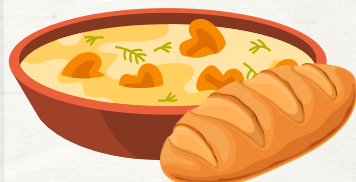
13g T

51g W

Menu Obiady Szkolne

PAŹDZIERNIK

06.10.2025



**Żurek z jajkiem 250g z kiełbasą 50g
chleb 50g
Arbuz 50g
Kompot truskawkowy 150ml**

480kcal
23g B
15g T
63g W

Alergeny 1,3,6,7,9,10

07.10.2025



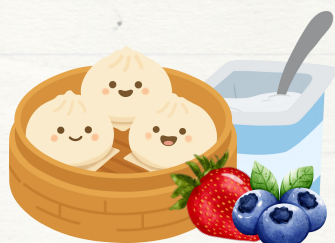
**Mielony z wieprzowiny smażony 80g
+ puree ziemniaczane 120g +
buraczki gotowane 80g**

499kcal
27g B
13g T
55g W

**Lemoniada z cytryną i
miodem 150ml**

Alergeny 1,6,7,9,10

08.10.2025



**Kluski na parze 120g z sosem
jogurtowym owocowym (truskawka,
jagoda) 100g Mix warzyw (papryka,
ogórek, marchewka)
Kompot z agrestu 150 ml**

490kcal
19g B
12g T
80g W

Alergeny 1,3,6,7,9,10

09.10.2025



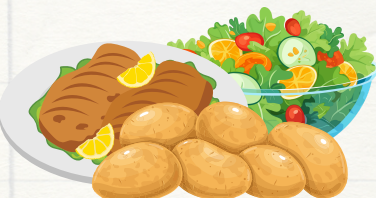
**Pyzy z mięsem 160g + surówka z białej
kapusty z papryką 40g**

480kcal
29g B
14g T
54g W

**Kompot wieloowocowy
(aronia, czereśnia, porzeczka) 150ml**

Alergeny 1,6,7,8,9,10

10.10.2025



**Kotlet rybny z mintaja 80 g
przygotowywany na parze z puree
ziemniaczanym 120g + marchewka z
grozkiem 80g**

480kcal
26g B
14g T
55g

Sok tłoczony z pomarańczy 150ml

Alergeny 1,3,6,7,9,10

Menu Obiady Szkolne

PAŹDZIERNIK

13.10.2025



Barszcz ukraiński 250g z wołowiną 50g
chleb 50g
Kompot z czarnej porzeczki 150ml
Pomidorki, marchewka,
rzodkiewka seler 50g
Alergeny 1,6,7,9,10

440kcal
20g B
12g T
60g W

14.10.2025



Pierś z kurczaka panierowana , 80g
+ puree 120g + surówka z jabłka i
marchewki 50g
Ice tea herbata z
brzoskwinia 150ml
Alergeny 1,6,7,9,10

470kcal
29g B
12g T
52g W

15.10.2025



Makaron Świderki 120g z sosem
bolognese 150g (90g mięsa
wieprzowego w sosie)
Lemoniada pomarańczowa 150ml
Śliwka 50 g
Alergeny 1,6,7,9,10

460kcal
25g B
15g T
60g W

16.10.2025



Pulpeciki drobiowo wieprzowe 80g z
pure ziemniaczanym 120g z zieloną
fasolką 50g i sosem koperkowym 100g
Kompot wielowocowy
(aronia, porzeczka, wiśnia) 150ml
Alergeny 1,6,7,9,10

460kcal
28g B
14g T
50g W

17.10.2025



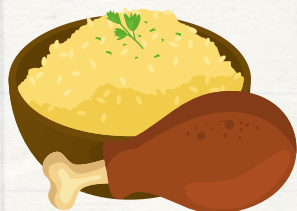
Ryba miruna 80 g + kasza bulgur z
warzywami 180g (groszek, marchew,
brokuł, kalafior)
Woda z miętą i miodem 150ml
Alergeny 1,6,7,9,10

490kcal
29g B
13g T
60g

Menu Obiady Szkolne

PAŹDZIERNIK

20.10.2025



**Łazanki z kapustą i duszoną
wieprzowiną 170g
Marchewki i ogórek w słupki
pomidorki koktajlowe , rzodkiewka
Kompot z jabłek 150ml**

Alergeny 1,6,7,9,10

480kcal

26g B

14g T

60g W

21.10.2025



**Naleśniki (3 sztuki) z serkiem
waniliowym i frużeliną
brzoskwiniową 100g
Lemoniada z cytryną i
miodem 150ml**

Alergeny 1,6,7,9,10

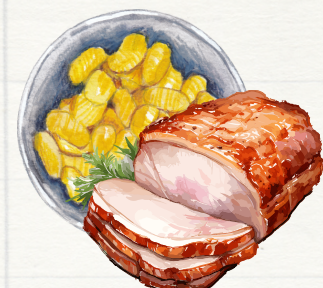
499kcal

20g B

13g T

75g W

22.10.2025



**Pieczeń wieprzowa 80g + kopytka
90 g + kapusta czerwona (40g)
Jabłko 50 g
Kompot z agrestu 150 ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10

470kcal

27g B

15g T

50g W

23.10.2025



**Pałka z kurczaka 60g pieczona +
ryż po azjatycku
(cukinia, cebula, marchewka) 120g**

Kompot truskawkowy 150ml

Alergeny 1,6,7,8,9,10

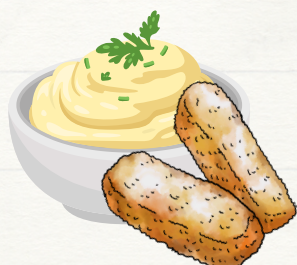
480kcal

28g B

14g T

60g W

24.10.2025



**Paluszki rybne 70g + puree ziemniaczane
120g + surówka z kiszonej kapusty z
marchewką 60g
Zielona Herbata 150ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10

475kcal

26g B

13g T

51g