

JADŁOSPIS

DATA	OBIAD	GRAMATURA	ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 16.03.2026	Zupa tajska na mleku kokosowym z filetem drobiowym, papryką czerwoną i pieczarkami.	300 ml	1,7,9
	Makaron świderki z pszenicy durum z twarogiem i koktajlem truskawkowym na jogurcie naturalnym.	250 g	1,7
	Kompot owocowy/woda niegazowana. Marcheweczki słupki – deser.	250 ml 2 sztuki	
WTOREK 17.03.2026	Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze drobiowym z pietruszką zieloną zabelana.	300 ml	1,7,9
	Indyk filet w pięciu smakach z warzywami (cebula, marchew, por, pieczarki, kukurydza, kalafior, brokuł, ananas, kapusta pekińska).	150 g	1
	Ryż na sypko. Kompot owocowy/woda niegazowana. Mandarynka – deser.	150 g 250 ml 1 sztuka	
ŚRODA 18.03.2026	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami na wywarze drobiowym klarowny.	300 ml	9
	Fasolka po bretońsku z pomidorami, mięsem wieprzowym i kielbasą wieprzową.	250 g	1
	Chleb pszenno – żytni. Kompot owocowy/woda niegazowana. Jabłko – deser.	2 kromki 250 ml 1 szt	1
CZWARTEK 19.03.2026	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze drobiowym zabelana z pietruszką zieloną. (ziemniaki, marchew, brokuły, kalafior, groszek zielony)	300 ml	7,9
	Kotlet schabowy panierowany w bułce tartej. Ziemniaki gotowane.	90 g 150 g	1,3
	Mizeria z ogórka zielonego w śmietanie z koperkiem. Kompot owocowy/woda niegazowana.	100 g 250 ml	7
PIĄTEK 20.03.2026	Zupa krem marchwiowo – paprykowy wegetariański z pietruszką zieloną.	300 ml	7,9
	Filet rybny miruna panierowana w bułce tartej. Ziemniaki gotowane.	90 g 150 g	1,3,4
	Ogórek korniszony słupki. Kompot owocowy/woda niegazowana.	2 sztuki 250ml	

ania obiadowe przygotowywane są w piecu konwekcyjno – parowym.
 pewnia on przygotowanie dań o lepszej jakości, soczystości, kolorze, z mniejszą zawartością tłuszczu. Pozwala zachować pełne wartości odżywcze żywności.
 ółowska szkolna zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.

INTENDENT
Wodnicka
 Magdalena Wodnicka

JADŁOSPIS

DATA	OBIAD	GRAMATURA	ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 23.03.2026	Zupa żurek na naturalnym zakwasie z jajkiem i białą kielbasą zabelany.	300 ml	1,7,9
	Makaron pene z pszenicy durum z sosem serowym „mac and cheese”.	250 g	1,7
	Kompot owocowy/woda niegazowana. Banan – deser.	250 ml 1 sztuka	
WTOREK 24.03.2026	Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze drobiowym z pietruszką zieloną zabelana.	300 ml	7,9
	Gołąbki po poznańsku z ryżem, marchewką i kapustą pekińską w sosie pomidorowym.	130 g	1
	Ziemniaki gotowane.	150 g	
	Ogórek kiszony słupki. Kompot owocowy/woda niegazowana. Jabłko – deser.	2 sztuki 250 ml	
ŚRODA 25.03.2026	Barszcz czerwony z fasolą na wywarze drobiowym z ziemniakami i pietruszką zieloną zabelany.	300 ml	7,9
	Pierogi z serem i ziemniakami gotowane.	8 sztuk	1,3,7
	Jogurt naturalny.	3 g	7
	Surówka z marchwi i jabłka. Kompot owocowy/woda niegazowana.	100 g 250 ml	
CZWARTEK 26.03.2026	Zupa pieczarkowa z ziemniakami na wywarze drobiowym z pietruszką zieloną zabelana.	300 ml	7,9
	Stek wieprzowy w majeranku z pieca.	90 g	1,3
	Kasza jęczmienna na sypko.	150 g	
	Marchew z groszkiem na ciepło z masetkiem. Kompot owocowy/woda niegazowana. Gruszka – deser.	100 g 250 ml	7
PIĄTEK 27.03.2026	Zupa pomidorowa z ryżem i pietruszką zieloną wegetariańska zabelana.	300 ml	7,9
	Filet rybny dorsz saute w ziołach prowansalskich.	90 g	4
	Ziemniaki gotowane.	150 g	
	Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i kukurydzy w sosie czosnkowym na jogurcie naturalnym. Kompot owocowy/woda niegazowana.	100 g 250 ml	7

ania obiadowe przygotowujemy w piecu konwekcyjno – parowym.
 ipewnia on przygotowanie dań o lepszej jakości, soczystości, kolorze, z mniejszą zawartością tłuszczu. Pozwala zachować pełne wartości odżywcze żywności.

ółówka szkolna zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie.

INTENDENT
Wodiczka
 Małdalena Wodiczka