



## Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/bezglutenowa	WEGETARIANSKI E/BEZ RYBY	duży	mały	podwieczorek	
<b>ŚRODA</b> 01.05.2024									
<b>Alergeny</b>									
<b>CZWARTEK</b> 02.05.2024	kakao	200g	Zupa ogórkowa z ziemniakami	Zupa ogórkowa z ziemniakami	Zupa ogórkowa z ziemniakami	300ml	300ml	Kajzerka ciemna z szynką i papryką	100g
	pomidor	20g	makaron tagliatelle	makaron tagliatelle	makaron tagliatelle	350g	300g	herbata z miodem	200ml
	pieczywo mieszane	30g	z sosem	z sosem	z sosem				
	masło	5g	szpinakowo - serowym	szpinakowo - serowym	szpinakowo - serowym				
	sałata	3g	warzywa na ciepło	warzywa na ciepło	warzywa na ciepło	150g	100g		
	szynka	20g	Kompot-woda z cytryną	Kompot-woda z cytryną					
	herbata	200ml	<b>DYŻUR</b>						
<b>Alergeny</b>	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9			250ml	250ml	1,3,6,7,10,12	
<b>PIĄTEK</b> 3.05.2024									
<b>Alergeny</b>	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9/4					1,6,7,10,12	

Jadłospis przygotowała Wioletta Zimochocka zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.



## Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/bezglutenowa	WEGETARIANSKIE/BEZ RYBY	duży	mały	podwieczorek	
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 06.05.2024	kakao	200g	Zupa ogórkowa z ziemniakami	Zupa ogórkowa z ziemniakami	Zupa ogórkowa z ziemniakami	300ml	300ml	Kajzerka ciemna z szynką i papryką	100g
	pomidor	20g	makaron świderki	makaron świderki	makaron świderki	90g	70g		
	pieczywo mieszane	30g	z serem białym		z serem białym	150g	100g	herbata z miodem	200ml
	masło	5g	polewą truskawkową	polewą truskawkową	polewą truskawkową				
	sałata	3g	sałatka owocowa	sałatka owocowa	sałatka owocowa	150g	100g		
	szynka	20g	Kompot-woda z cytryną	Kompot-woda z cytryną					
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1,3,6,7,10,12	
<b>WTOREK</b> 07.05.2024	płatki kukurydziane na mleku	220g	zupa marchewkowa krem	zupa marchewkowa krem bez śmietany	zupa marchewkowa krem	300ml	300ml	chałka	100g
	pieczywo mieszane	30g	pulpeciki drobiowe z sosem	pulpeciki drobiowe z sosem	kulki warzywne	180g	130g	serek z czekoladą gorzką i gruszką	
	masło, sałata	8g	kasza bulgur	kasza bulgur		100g	75g	herbata owocowa	150ml
	indyk pieczony	30g	sałatka z ogórka kiszzonego \ warzywa z pary z bułeczka masełkiem	sałatka z ogórka kiszzonego \ warzywa z pary z bułeczka		100g	75g		
	sałatka z pomidorów	30g	kompot /woda z cytryną	kompot /woda z cytryną	kompot /woda z cytryną	B0	B0		
herbata owocowa	200ml				250ml	250ml			
<b>Alergeny</b>	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1,3,6,7,10,12	
<b>ŚRODA</b> 08.05.2024	kawa inka na mleku	200ml	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem bezglutenowym	bulion warzywny	300ml	300ml	ciasto marchewkowe	100g
	pieczywo mieszane	20g	kotlet schabowy tradycyjny ziemniaki	kotlet schabowy tradycyjny bezglutenowy ziemniaki	kotlet sojowy ziemniaki	90g	70g	polane czekoladą	
	masło	5g	buraczki zasmażane na maśle klarowanym /sałatka wiosenna	buraczki zasmażane na maśle klarowanym /sałatka wiosenna	buraczki zasmażane na maśle klarowanym /sałatka wiosenna	150g	100g	herbata	200ml
	sałata	3g	Kompot-herbata owocowa	Kompot-herbata owocowa		B0	B0		
	zawijana szynka wieprzowa z warzywami ser żółty	30g				250ml	250ml		
<b>Alergeny</b>	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10	
<b>CZWARTEK</b> 09.05.2024	musi na mleku	220g	zupa brokułowa	zupa brokułowa bez jogurtu	zupa brokułowa	300ml	300ml	gofry z owocami	1szt
	pieczywo mieszane	30g	udko trybowane pieczone	udko trybowane	papryka faszerowana warzywami z dodatkiem ciecierzycy i sera	90g	70g	i jogurtem	
	masło	5g	ryż	ryż	ryż	150g	100g	herbata miętowa	200ml
	sałata	3g	mix sałat z pomidorami i marchewką/ fasolka szparagowa kolorowa	mix sałat z pomidorami i marchewką/ fasolka szparagowa kolorowa	mix sałat z pomidorami i marchewką/ fasolka szparagowa kolorowa	B0	B0		
	ser biały z pomidorami herbata	50g 200ml	kompot \ herbata	kompot \ herbata	kompot \ herbata	250ml	250ml		
	poledwica	20g							
<b>Alergeny</b>	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10	
<b>PIĄTEK</b> 10.05.2024	płatki owsiane na mleku	220g	pomidorowa z ryżem	pomidorowa z ryżem bez jogurtu	pomidorowa z ryżem	300ml	300ml	rożki z jabłkiem	1szt
	pieczywo mieszane	30g	filet rybny w cieście	filet rybny w cieście BG	kotlety warzywne	120g	100g	herbata owocowa	150ml
	masło	5g	ziemniaki	ziemniaki		150g	100g		
	pasta jajeczna ze szczypiorkiem	30g	surówka coleslaw/ bukiet warzyw	surówka coleslaw/ bukiet warzyw	surówka coleslaw/ bukiet warzyw	B0	B0		
	rzodkiewka	20g	Kompot/woda z cytryną	Kompot/woda z cytryną		250ml	250ml		
<b>Alergeny</b>	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9/4					1/3/6/7/10	

Jadłospis przygotowała Wioletta Zimochocka zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.




ISOQAR  
REGISTERED  
Numer Certyfikatu 10135

24 lat doświadczenia w cateringu



email: wiola@gastroteam.pl


## Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/bezglutenowa	WEGETARIANSKIE/ BEZ RYBY	duży	mały	podwieczorek		
<b>MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ HUMMUSU</b>  <b>PONIEDZIAŁEK 13.05.2024</b> <b>Alergeny</b>	płatki ryżowe na mleku	220g	Zupa jarzynowa	Zupa jarzynowa	Zupa jarzynowa	300ml	300ml	pieczywo pełnoziarniste		
		30g	naleśniki z serem	naleśniki z mięsem	naleśniki z serem	300g	250g	kielbaski na ciepło	100g	
		5g	i polewa jogurtowo-owocową		i polewa jogurtowo-owocową		100g	75g	sałatka	
		3g	sałatka z kapusty pekińskiej	sałatka z kapusty pekińskiej	sałatka z kapusty pekińskiej		BO	BO	herbata miętowa	200ml
	szynka wiejska / humus	20g								
herbata z sokiem	200ml	kompot/ woda z cytryną i miętą	kompot/ woda z cytryną i miętą	kompot/ woda z cytryną i miętą	250ml	250ml				
ogórek	20g									
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10/11		
<b>WTOREK 14.05.2024</b>	zacierki na mleku	200ml	zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki bez jogurtu		300ml	300ml	banany z czekoladą	100g	
	pieczywo mieszane	30g	klopsiki z sosem	klopsiki z sosem	kulki warzywne	120g	100g	sok tłoczony jabłko-czarna porzeczka	200ml	
	masło	5g	kasza gryczana	kasza gryczana	kasza gryczana	150g	100g			
	szynka wieprzowa	30g	surówka z czerwonej kapusty/bukiet warzyw	surówka z czerwonej kapusty/bukiet warzyw	surówka z czerwonej kapusty/bukiet warzyw	BO	BO			
	jajko ze szczypiorkiem	30g	Kompot-woda owocowa	Kompot-woda owocowa	Kompot-woda owocowa	250ml	250ml			
papryka	20g	dyżur egzaminów 8 klas	dyżur egzaminów 8 klas							
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/11		
<b>ŚRODA 15.05.2024</b>	Kasza manna na mleku	220g	barszcz czerwony zabieleny z jajkiem	barszcz czerwony z jajkiem ( bez śmietany)	barszcz czerwony zabieleny z jajkiem	300ml	300ml	placki brzoskwińowe z mąki kukurydzianej	100g	
	pieczywo mieszane	30g	makaron spaghetti z sosem	makaron spaghetti z sosem	makaron spaghetti z sosem	90g	70g			
	masło	3g	bolognese	bolognese	pomidorowym	150g	100g			
	sałata	3g	ogórek kiszony/ kalafior	ogórek kiszony/ kalafior	ogórek kiszony/ kalafior	150g	100g	herbata z miodem	200ml	
	szynka wieprzowa	30g	Kompot-woda z cytryną	Kompot-woda z cytryną	Kompot-woda z cytryną	250ml	250ml			
sałatka z kurczakiem ryżem i warzywami		dyżur egzaminów 8 klas	dyżur egzaminów 8 klas							
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/11		
<b>CZWARTEK 16.05.2024</b>	pszenica prażona w miodzie na mleku	220g	zupa pieczarkowa z zacierkami i natką pietruszki	zupa pieczarkowa z zacierkami i natką bez śmietany pietruszki	zupa pieczarkowa z zacierkami i natką pietruszki	300ml	300ml	tosty z szynką serem i papryką świeżą	100g	
	pieczywo mieszane	30g	gulasz wieprzowy kasza gryczana	gulasz wieprzowy kasza gryczana	gulasz warzywny kasza gryczana	90g 150g	70g 100g			
	masło	5g	buraczki surówka/ brokuł	buraczki surówka/ brokuł	buraczki surówka/ brokuł	BO	100g	herbata z sokiem z czarnej porzeczki	200ml	
	sałata	3g								
	sałatka jarzynowa	80g	Kompot/ woda z pomarańczami	Kompot/ woda z pomarańczami	Kompot/ woda z pomarańczami	250ml	250ml			
szynka wieprzowa	20g	dyżur egzaminów 8 klas	dyżur egzaminów 8 klas							
ogórek	20g									
herbata owocowa	200ml									
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/11		
<b>PIĄTEK 17.05.2024</b>	kakao naturalne na mleku	200ml	zupa pomidorowa z makaronem	zupa pomidorowa z makaronem bez jogurtu		300ml	300ml	ciasto miodowe	100g	
	pieczywo	30g	paluszki rybne	filet rybny w cieście ( dorsz)	krokiety jajko pieczarka	90g	70g	herbata z miodem	200ml	
	masło	5g	ziemniaki	ziemniaki		150g	100g			
	sałata	3g	surówka z kiszzonej kapusty/ kalafior	surówka z kiszzonej kapusty/ kalafior	surówka z kiszzonej kapusty/ kalafior	BO	BO			
	ser żółty/ pasta z sera białego ze szpinakiem	20g	Kompot/ herbata z malinami	Kompot/ herbata z malinami		250ml	250ml			
papryka	20g									
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9/4					1/3/6/7/11		

Jadłospis przygotowała Wioletta Zim ochocka zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.




## Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/bezglutenowa	WEGETARIANSKIE/ BEZ RYBY	duży	mały	podwieczorek	
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 20.05.2024	kakao na mleku pieczywo masło sałata indyk pieczony ogórek	200ml 30g 5g 3g 20g 20g	Zupa warzywna z zieloną fasolką i pomidorami pierogi z serem polewa jogurtowa z mango herbata malinowa / kompot	Zupa warzywna bez śmietany pierogi z owocami polewa owocowa herbata malinowa / kompot	Zupa warzywna pierogi z serem polewa jogurtowa z mango herbata malinowa / kompot	300ml 280g BO 250ml	300ml 180g BO 250ml	ciasto jogurtowe z miodem i pomarańczami herbata z miodem	200ml
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9						
<b>WTOREK</b> 21.05.2024	plátky jęczmieńne na mleku pomidor pieczywo mieszane masło sałata sałatka z kurczaka herbata	220g 20g 30g 5g 3g 80g 200ml	Domowy krupnik makaron penne gulasz wieprzowy surówka z kapusty białej z ziołami/ mini marchewka Kompot-woda z cytryną	Domowy krupnik makaron bezglutenowy gulasz wieprzowy surówka z kapusty białej z ziołami/ mini marchewka Kompot-woda z cytryną	Domowy krupnik gulasz curry z cukinii surówka z kapusty białej z ziołami/ mini marchewka	300ml 200g 90g+60g sos BO 250ml	300ml 150g 70g+30g BO 250ml	jogurt z truskawkami ciasto biszkoptowe	150ml 30g
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10/11	
<b>ŚRODA</b> 22.05.2024	kawa inka na mleku pieczywo mieszane masło/ sałata połędwica sopocka pomidor sałatka z ryżem ananasem i kurczakiem	200ml 30g 8g 20g 20g	zupa z białych warzyw Medaliony z indyka ryż kalafior z brokułem/ mix sałat kompot-woda z cytryną i miętą	zupa z białych warzyw Medaliony z indyka ryż kalafior z brokułem/ mix sałat kompot-woda z cytryną i miętą	zupa z białych warzyw faszerowane pieczarki kalafior z brokułem/ mix sałat	300ml 90g 150g BO 250ml	300ml 70g 100g BO 250ml	tosty z pastą curry (z kurczaka papryka świeża) jogurt owocowy	100g 200ml
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10/11	
<b>CZWARTEK</b> 23.05.2024	makaron gwiazdki na mleku pieczywo mieszane sałata sałatka z tuńczyka i ryżu z dodatkiem warzyw	220g 30g 3g 100g	Rosół z makaronem filet z kurczaka pieczony kasza kus kus surówka z pekińskiej /kapusta zasmażana z koperkiem kompot/ woda z pomarańczą	Rosół z makaronem filet z kurczaka pieczony kasza jagłana surówka z pekińskiej /kapusta zasmażana z koperkiem kompot/ woda z pomarańczą	bulion warzywny curry warzywne z ziemniakami i warzywami kasza kus kus surówka z pekińskiej /kapusta zasmażana z koperkiem	300ml 90g 150g BO 250ml	300ml 70g 100g BO 250ml	rogalik z rukolą i szynką herbata miętowa z cytryną	100g 200ml
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10/11	
<b>PIĄTEK</b> 24.05.2024	kasza manna na mleku z jagodami rogalik maślany dżem / serek waniliowy	220g 100g	Ryzanka z pomidorami filet rybny panierowany ziemniaki surówka z białej kapusty / fasolka szparagowa kompot/ woda z miętą i modelem	Ryzanka z pomidorami filet rybny panierowany BG ziemniaki surówka z białej kapusty / fasolka szparagowa kompot/ woda z miętą i modelem	Ryzanka z pomidorami kotlet ziemniaczany z sosem surówka z białej kapusty / fasolka szparagowa	300ml 120g 150g BO 250ml	300ml 100g 100g BO 250ml	sernik na zimno z owocami ciastka zbożowe sok pomarańczowy	100g 150ml
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9/4/11					1/6/7/11	



## Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/bezglutenow	WEGETARIANSKIE/ BEZ RYBY	duży	mały	podwieczorek	
<b>poniedziałek</b> 27.05.2024	Płatki jaglane na mleku pieczywo mieszane masło sałata połędwica drobiowa (75% mięsa) rzodkiewka herbata miętowa	220ml 1 30g 5g 3g 50g	kapuśniak z kapusty kiszonej pierogi z mięsem surówka z kapusty pekińskiej Kompot/woda smakowa	kapuśniak z kapusty kiszonej pierogi z mięsem surówka z kapusty pekińskiej Kompot/woda smakowa	kapuśniak z kapusty kiszonej pierogi z serem z polewą jogurtową surówka z kapusty pekińskiej Kompot/woda smakowa	300ml 280g 100g BO 250ml	300ml 180g 75g BO 250ml	bułeczka maślana z serkiem mleko smakowe	100g 200ml
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1,3,6,7,10,12	
<b>wtorek</b> 28.05.2024	kasza manna na mleku pieczywo mieszane masło sałata pasta curry z kurczaka/ser żółty herbata miętowa	220ml 1 30g 5g 3g 50g	zupa botwinka z jajkiem bitka wieprzowa kasza gryczana brokuł/ surówka z białej kapusty Kompot/woda smakowa	zupa botwinka z jajkiem bitka wieprzowa kasza gryczana brokuł/ surówka z białej kapusty Kompot/woda smakowa	zupa botwinka z jajkiem gulasz warzywny z ciecierzycą kasza gryczana brokuł/ surówka z białej kapusty Kompot/woda smakowa	300ml 280g 100g BO 250ml	300ml 180g 75g BO 250ml	mini hamburger herbata z miętą	1szt 200ml
<b>Alergeny</b>	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9						
<b>ŚRODA</b> 29.05.2024	płatki owsiane na mleku z owocami do wyboru, orzechy, mus pieczywo mieszane masło kiełbaski na ciepło (90% mięsa) ogórek herbata	220g 20g 5g 30g 20g 200ml 1	zupa koperkowa z ryżem nuggetsy z sosem czosnkowym ziemniaki opiekane surówka z ogórka kiszzonego/ fasolka szparagowa żółta kompot / woda z cytryną	zupa koperkowa z ryżem nuggetsy z panierką bezglutenową ziemniaki opiekane surówka z ogórka kiszzonego/ fasolka szparagowa żółta kompot / woda z cytryną	zupa koperkowa z ryżem nuggetsy warzywne	250g 90g 150g 150g 250ml	250g 70g 100g 100g 250ml	truskawki świeże z jogurtem talarki ryżowe herbata owocowa	100g 200ml
<b>alergeny 1,7, 10,11,</b>			1,3,7,9,10,12,13,					1,3,7,	
<b>30.05.2024 CZWARTEK</b>	<b>BOŻE CIAŁO</b>								
<b>PIĄTEK</b> 31.05.2024	płatki kukurydziane na mleku pieczywo mieszane sałata/ masło pasta rybna z warzywami kukurydza, papryka, szczypiorek pomidor	200ml 1 30g 8g 50g 20g	zupa ogórkowa kluski leniwe surówka z marchewki z jabłkiem Kompot/woda z miętą i cytryną	zupa ogórkowa kopytka BG surówka z marchewki z jabłkiem Kompot/woda z miętą i cytryną	zupa ogórkowa kluski leniwe surówka z marchewki z jabłkiem	300ml 350g BO 250ml	300ml 300g BO 250ml	galaretka z owocami sezonowymi zdrowe herbatniki z kasza jaglaną herbata owocowa	100g 200ml
<b>Alergeny</b>	1/3/6/7/11		DYŻUR	1/3/6/7/9/4				1,6,7,10,12	