



2 MAJ – 6 MAJ
9 MAJ- 13 MAJ

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
02. 05.2022 PONIEDZIAŁEK	INKA na mleku 200ml /mleko, PIECZYWO MIESZANE (zboża) 45g Wędlinka 15g Warzywa różne 30g HERBATA czarna 150ml II Śniadanie: pomarańcza	Zupa Wiosenna 250ml / wywar mięsno-jarzynowy, śmietana, ziemniaki, włoszczyzna świeża / (seler, mleko) Pierogi z serem 150g (gluten, mleko, jajko) owoc , kompot 150ml/ woda, Jogurt do picia <i>Wartość energetyczna:</i> 659 kcal / białko: 15,3g, tłuszcz: 24,4g, węglowodany: 90,9g /	RACUCHY Z JABŁKIEM (mleko, GLUTEN, JAJKO) 150g, Herbata czarna 200ml
03.05.2022 Wtorek	DZIEŃ WOLNY	DZIEŃ WOLNY	DZIEŃ WOLNY
04.05.2022 Środa	STÓŁ SZWEDZKI II ŚNIADANIE: WINOGRONA	Zupa KREM z Brokul z grzanką 250ml /wywar mięsno-jarzynowy, mąka, jaja/ (seler, jaja, gluten) KOTLET SCHABOWY 100g /, jaja, bułka tarta / (seler, jaja, gluten) , puree ziemniaczane (śmietana, masło 150g, SURÓWKA z młodej kapusty 100g/ kapusta , jogurt ,marchew, jabłko, cebula/ , sok ze słomką 150 ml/ <i>Wartość energetyczna:</i> 855 kcal / białko: 31,9g, tłuszcz: 25,2g, węglowodany: 126,3g /	KANAPECZKI Z WARZYWAMI i swojską wędlinką/ mleko, jajka / mleko owoc
05.05.2022 Czwartek	Płatki czekoladowe na mleku 200ml (mleko), pieczywo mieszane 35g(gluten), pomidor 10g,sałata 10g,masło, miód 5g(mleko),rzodkiewka 10g, ogórek 10g,serek wiejski na słodko 20g, serek wiejski ze szczypiorem i rzodkiewką 20g herbata z cytryną 150ml <i>Wartość energetyczna:</i> 295 kcal /białko:11g, tłuszcz:9g, węglowodany:42g/ II ŚNIADANIE: GRUSZKA	ROSÓŁ 250ml / wywar mięsno-jarzynowy,, / (seler, mleko) NALEŚNIKI 220g/ /(jaja, gluten), sur. Z marchewki, jabłka, jogurtu greckiego 100g , kompot 250ml/mieszaneczka owocowa, woda, cukier/ DROŻDŻÓWKA <i>Wartość energetyczna:</i> 615 kcal / białko: 21,2g, tłuszcz: 17,6g, węglowodany: 90,8g /	BAGIETKA Z DŻEMME/MIODEM150 g Owoce KAKAO 200 ml
06.05.2022 Piątek	Makaron na mleku 200ml, Pieczywo mieszane 70g (gluten), pasta jajeczna 25g (jaja), szynka SWOJSKA, masło 5g (mleko), warzywa 40g, herbata z cytryną 150ml <i>Wartość energetyczna:</i> 222 kcal / białko:10,6g, tłuszcz:9,2g ,węglowodany:23,5g II ŚNIADANIE : NEKTARYNKA	Zupa POMIDOROWA Z MUSZELKAMI 250 ml /mleko. seler / DORSZ PANIEROWANY 220 g, / ryby / ziemniaki Surówka z sałat, słonecznik prażony, pomidorki koktajlowe, szpinak, owoc granatu, 100g Herbata 200g owoc sezonowy (szkoła) 80g	Buteczki z serem żółtym 100g Soczek Leon ze słomką 100 ml Owoce 60g

09.05.2022 poniedziałek	Platki ryżowe na MLEKU 200ml Pieczywo mieszane 70g (gluten), pasta jajeczna 25g (jaja), szynka SWOJSKA, masło 5g (mleko), warzywa 40g, herbata z cytryną 150ml <i>Wartość energetyczna:</i> 222 kcal / białko:10,6g, tłuszcz:9,2g ,węglowodany:23,5g II ŚNIADANIE : mandarynka	Zupa JARZYNOWA 250ml / wywar mięsno-jarzynowy, śmietana, ziemniaki, włoszczyzna świeża / (seler, mleko) RYŻ Z CYNAMONEM I JABŁKIEM 150g (gluten, mleko, jajko) owoc , kompot 150ml/ woda, PĄCZEK (mleko, jajko, gluten) <i>Wartość energetyczna:</i> 659 kcal / białko: 15,3g, tłuszcz: 24,4g, węglowodany: 90,9g /	CIASTKA FRANCUSKIE 70g, Kakao 200ml Owoc
10. 05. 2022 Wtorek	STÓŁ SZWEDZKI II ŚNIADANIE: jabłko	STROGONOW 250ml / wywar mięsno-jarzynowy, śmietana, ziemniaki, / (seler, mleko) PYŻY Z Mięsem 150g (gluten, mleko) ,Fasolka szparagowa 100g, owoc , kompot 150ml/ woda, syrop cytrynowy, cukier <i>Wartość energetyczna:</i> 659 kcal / białko: 15,3g, tłuszcz: 24,4g, węglowodany: 90,9g / Jogurt do picia	Salatka owocowa 150g Bułeczka z masłem , Herbata owocowa 200ml
11.05.2022 Środa	Kasza manna na mleku z owocami lub bez 200ml, pieczywo mieszane 45g FRANKFURTERKI NA CIEPŁO 30g, ketchup 5g, masło 5g, pasztet drobiowy 10g, warzywa 30g, II Śniadanie : banan	Zupa KREM z białych warzyw z grzanką 250ml /wywar mięsno-jarzynowy, mąka, jaja/ (seler, jaja, gluten SZYNKA W SOSIE KOPERKOWYM 100g /, jaja, bułka tarta / (seler, jaja, gluten) , KASZA GRYCZANA (śmietana, masło 150g, SURÓWKA z młodej kapusty 100g/ kapusta , jogurt ,marchew, jabłko, cebula/ , sok ze słomką 150 ml/ <i>Wartość energetyczna:</i> 855 kcal / białko: 31,9g, tłuszcz: 25,2g, węglowodany: 126,3g /	Kisiel (wyrób własny+ owoce), 120g Babeczki (mufiny) 40g Woda z syropem/ cytryną
12.05.2022 Czwartek	Kasza jęczmienna na mleku 200ml, pieczywo mieszane 45g Schab pieczony na miejscu w ziołach 15g, Pomidor 10g, ogórek 10g, rzodkiewka 5g, papryka 5g, rukola 3g, kiełki 3g II śniadanie: kiwi	Zupa ZIEMNIACZANA 250ml / wywar mięsno-jarzynowy , ziemniaki, śmietana, / (seler , mleko) SPAGETTI 90g / mięso mielone, cebula, czosnek, bazylia, oregano mąka, jaja, kon. Pomidorowy, passata z pomidorów /(gluten, seler , mleko) , makaron 80g,(gluten) , kompot 150ml / mieszanka kompotowa , woda, cukier/ banan <i>Wartość energetyczna:</i> 487 kcal / białko: 21,8, tłuszcz: 10,3g, węglowodany: 79,3g	ZAPIEKANKI Z SEREM I WĘDLINKĄ, PIECZARKA, WARZYWA 150G KETCHUP Herbaty różne/sok/woda 200ml
13.05.2022 Piątek	Ryż na mleku 200ml Kanapka z jajkiem, sałatą warzywami 150g Kiełki lucerny, brokuł / 5g, szpinak 3g, II Śniadanie: śliwka	Zupa PIOECZARKOWA 250ml / wywar mięsno-jarzynowy, ziemniaki, cebula, mąka/ (seler, gluten) , RYBA dorsz 160g / Surówka z kiszzonek /(gluten, seler, mleko) , ziemniaki 200g, sok jabłko 250 ml / mieszanka kompotowa , kiwi	TOSTY 150g Owoc 80g Herbata 200ml

--	--	--	--

Warzywa i owoce mogą być podawane zamiennie w zależności od dostępności Woda mineralna niegazowana bez ograniczeń
Gramatura posiłków dla uczniów: zupa – 250ml, mięso/ryba – 90 g, ziemniaki/ryż, kasze – 150g, surówka – 90 g, kompot – 200ml, dania mączne – 25

* Dieta bez mleczna; mleko sojowe, ryżowe, owsiane, masło roślinne, zupy i sosy niezabielane

* Dieta bez jajka; eliminacja potraw zawierających jajka, w zamian produkty mleczne, mięs* Dieta hipoalergiczna; eliminacja produktów alergizujących, w zamian inne dozwolone



W ZIĄZKU Z NIEDOSTĘPNOŚCIĄ PRODUKTÓW JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANOM